

Türk Spor Bilimleri Dergisi
The Journal of Turkish Sport Sciences

TÜRK SPOR | **THE JOURNAL OF**
BİLİMLERİ DERGİSİ | **TURKISH SPORT SCIENCES**
Türk Spor Bil Derg | *J Turk Sport Sci*

Cilt 3, Sayı 2 | **Volume 3, Issue 2**
Ekim 2020 | **October 2020**
ISSN: 2636/848X | **ISSN: 2636/848X**

Yayın hakkı © 2019 Erkan Faruk ŞİRİN
Türk Spor Bilimleri Dergisi yılda 2 kez yayımlanan Ulusal hakemli süreli bir yayındır.
The Journal of Turkish Sport Sciences is published biannually (March- October)

<http://dergipark.org.tr/tsbd>

Türk Spor Bilimleri Dergisi Adına
Sahibi – Owner/ Baş Editör – Editor in Chief

Dr. Erkan Faruk ŞİRİN

Editör Yardımcıları/ Associate Editor

Dr. Hayri DEMİR

Yayın Koordinatörü/Publishing Coordinator

Yahya Gökhan YALÇIN

İngilizce Dil Editörü
Dr. Özer YILDIZ

Proofreading for Abstracts
Dr. Özer YILDIZ

Yazım Kontrol Grubu
Yahya Gökhan YALÇIN
Ali ERDOĞAN

Editing Scout
Yahya Gökhan YALÇIN
Ali ERDOĞAN

Yayın Dili
Türkçe-İngilizce

Language
Turkish-English

Kapak Tasarım/Cover Design By

Yahya Gökhan YALÇIN

BİLİM KURULU – SCIENTIFIC BOARD

Dr. Ahmet Azmi YETİM	Gazi Üniversitesi
Dr. Asuman Seda SARAÇALOĞLU	Adnan Menderes Üniversitesi
Dr. Alparslan İNCE	Ordu Üniversitesi
Dr. Erdil DURUKAN	Balıkesir Üniversitesi
Dr. Funda KOÇAK	Ankara Üniversitesi
Dr. Gülfem SEZEN BALÇIKANLI	Gazi Üniversitesi
Dr. Hakan SUNAY	Ankara Üniversitesi
Dr. İbrahim YILDIRAN	Gazi Üniversitesi
Dr. Mehmet Çağrı ÇETİN	Mersin Üniversitesi
Dr. Mehmet Fatih YÜKSEL	Necmettin Erbakan Üniversitesi
Dr. Mehmet GÜNAY	Gazi Üniversitesi
Dr. Metin KAYA	Gazi Üniversitesi
Dr. Metin YAMAN	Dokuz Eylül Üniversitesi
Dr. Murat ERDOĞDU	Selçuk Üniversitesi
Dr. Mustafa Levent İNCE	Orta Doğu Teknik Üniversitesi
Dr. Nurtekin ERKMEN	Selçuk Üniversitesi
Dr. Rana VAROL	Ege Üniversitesi
Dr. Settar KOÇAK	Orta Doğu Teknik Üniversitesi
Dr. Özer YILDIZ	Necmettin Erbakan Üniversitesi
Dr. Yunus ARSLAN	Pamukkale Üniversitesi

2020: 3(2) SAYI HAKEMLERİ / REVIEWERS FOR 2020: 3(2)

Dr. Alparslan İNCE
Dr. Cevdet CENGİZ
Dr. Fatma SAÇLI UZUNÖZ
Dr. Hayri DEMİR
Dr. Kenan ERDAĞI
Dr. Levent İLHAN
Dr. Mehmet ALTIN
Dr. Mehmet DEMİREL
Dr. Mehmet GÜNAY
Dr. Meryem ALTUN-EKİZ
Dr. Mitat KOZ
Dr. Murat ERDOĞDU
Dr. Nurtekin ERKMEN
Dr. Özer YILDIZ
Dr. Süleyman PATLAR

Editörden

Kıymetli meslektaşlarım,

The Journal of Turkish Sport Sciences/Türk Spor Bilimleri Dergisi'nin
titezlikle hazırladığımız 3. cildinin 2. sayısını (6. sayısı) ilgi ve dikkatlerinize sunuyoruz.

Dergipark'ın yenilenme sürecinden dolayı biraz sıkıntı yaşasak da, hala ilk günkü heyecan ve şevkle çalışmalarımıza devam etmekteyiz. Daha iyi için katkılarımıza ve eleştirilerinize her zaman ihtiyaç duyacağız. Yeni sayımızın hayırlı olmasını temenni ediyor; yazarlarımıza, hakemlerimize ve emeği geçen dergi mensuplarına teşekkür ediyorum.

Mesleki saygılarımla...

Editör

Dr. Erkan Faruk ŞİRİN

<u>EDİTÖRE MEKTUP/LETTER TO THE EDITOR</u>	Sayfa/Page
Fiziksel İnaktivite ve Covid-19: İki Büyük Pandemi Sabriye ERCAN, Zeliha BAŞKURT, Ferdi BAŞKURT, Cem ÇETİN.....	51-52
<u>ORJİNAL ARAŞTIRMA/ORIGINAL RESEARCH</u>	
Üniversite Öğrencilerinin Farklı Değişkenler Açısından Takım Özdeşleşme ve Karşıt Görüşe Saygı Düzeylerinin İncelenmesi <i>Examination of The Levels of Team Identification and Respect for Opposite Approach of University Students In Terms of Different Variables</i> Mahmut GÜLLE, Özgür AKTAŞ, Bilgihan BÜYÜKTAŞ.....	53-60
The Effects of Nutritional Habits on Physical Fitness Parameters in Athletes <i>Sporcularda Beslenme Alışkanlıklarının Fiziksel Uygunluk Parametreleri Üzerine Etkileri</i> Bedriye URAL, Emine ATICI, Gamze AYDIN, Laçın Naz TAŞÇILAR, Burcu YEŞİLKAYA, Ahmet Cüneyt AKGÖL, Tülay ÇEVİK SALDIRAN, Mehmet ÖZKESKİN.....	61-69
Lise Öğrencilerinin Serbest Zaman Egzersize Katılım Düzeyleri ile Akademik Erteleme Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi <i>Investigation of The Relationship Between Leisure Time Exercise Participation and Academic Procrastination of High School Students</i> Öznur KARA, İbrahim YILDIRAN.....	70-80
The Relationship Between Self Esteem Depression Anxiety and Stress Levels and Life Satisfaction in Licensed Swimmers Aged Between 14-25 Years <i>14-25 Yaş Arası Lisanslı Yüzücülerde Benlik Saygısı Depresyon Kaygı ve Stres Düzeyleri ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki</i> Sarp ŞENOL, İtır TARI CÖMERT, Hülya YÜKSELOĞLU, Seda UĞRAŞ, Dilek SALKIM İŞLEK, Erkut TUTKUN.....	81-87
Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Mizah Tarzı Düzeylerinin İncelenmesi: Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Örneği <i>An Examination of Humor Style Levels of Sports Sciences Students: Example of Aydın Adnan Menderes University</i> Çağatay DERECELİ.....	88-95
<u>DERLEME/REVIEW</u>	
Spor Eğitimi Veren Yükseköğretim Kurumlarında Öğrenci Memnuniyeti <i>Student Satisfaction in Higher Education Institutions that offer Sports Education</i> Ali ERDOĞAN, Ahmet Azmi YETİM.....	96-103







ISSN: 2636-848X

Türk Spor Bilimleri Dergisi
Türk Spor Bil Derg

Cilt 3, Sayı 2
Ekim 2020, 51-52

**The Journal of Turkish
Sport Sciences**
J Turk Sport Sci

Volume 3, Issue 2
October 2020, 51-52

-  **Sabriye ERCAN**¹
 **Zeliha BAŞKURT**²
 **Ferdi BAŞKURT**²
 **Cem ÇETİN**¹

¹ Süleyman Demirel Üniversitesi
Tıp Fakültesi

² Süleyman Demirel Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Fakültesi

Sorumlu Yazar/Corresponding Author:

S. Ercan

e-mail: sabriyeercan@gmail.com

Geliş Tarihi: 08.06.2020

Kabul Tarihi: 17.10.2020

EDİTÖRE MEKTUP
LETTER TO THE EDITOR

Fiziksel İnaktivite ve Covid-19: İki Büyük Pandemi

Sayın Editör,

Yeni koronavirüs (COVID-19), Aralık 2019'ın sonlarında Çin'in Wuhan kentinde hastalığa neden olmaya başlamış, üç ay içerisinde ise tüm dünyayı etkileyen bir pandemiye yol açmıştır. Enfekte olan bireylerin herhangi bir şikayeti olmayabileceği gibi ateş, kuru öksürük, dispne, miyalji, baş ağrısı ve diyare şikayetlerinin gelişebildiği görülmüştür. Hatta hastalık tablosu çoklu organ yetmezliği nedeniyle ölümcül de seyredebilmektedir (Koh ve Hoening, 2020).

8 Haziran 2020 tarihi itibari ile dünya genelinde 397 bin kişinin ölümüne 6,8 milyon kişinin hastalanmasına bu virüsün sebep olduğu doğrulanmıştır. Virüsün tüm yaştan ve cinsiyetten bireyi etkileyebileceği ancak 60 yaş üstü bireylerde, kanser hastalarında, otoimmün hastalığı, hipertansiyonu, diyabeti, kalp damar hastalığı, solunum sistemi hastalığı olanlarda veya organ nakli geçirmiş bireylerde daha riskli olduğu ve ek hastalığı olan hastalarda enfeksiyon gelişmesi halinde daha ağır tablolarla seyrettiği raporlanmıştır. Örneğin ek hastalığı olmayanlarda fatalite oranı %1,4 iken, kalp damar hastalığı olanlarda %13,2, diyabeti olanlarda %9,2, hipertansiyonu olanlarda %8,4, solunum sistemi hastalığı olanlarda %8 ve kanser tanısı varlığında %7,6 olarak hesaplanmıştır (Koh ve Hoening, 2020).

Bu virüse karşı, henüz kesin bir tedavi ya da aşı geliştirilemediği için hastalıktan korunmanın en etkili yolu hijyen kurallarına dikkat etmek, sosyal izolasyonu sağlamak, bağışıklık sistemini kuvvetli tutmaktır. Bağışıklık sistemini kuvvetli tutmak için ise düzenli ve dengeli beslenmek, yeterli sürede ve kalitede uyumak, düzenli egzersiz yapmak önerilmektedir (Petric, 2020). Ne var ki sosyal izolasyon kurallarına riayet etmek için evde kalınan bugünlerde devletin kamu spotu vb. yollarla hareketli kalınması konusunda toplumu uyarmasına rağmen bireylerin inaktif ve sedanter oldukları ampirik olarak gözlemediğimiz bir durumdur.

Büyük tabloya baktığımızda ise 2012 yılından bu yana sedanterliğin ve fiziksel inaktivitenin tüm dünyayı etkileyen ve sağlığımıza olumsuz etkileri olan diğer bir pandemi olduğunu söylemek mümkündür (Hall vd., 2020). Dünya Sağlık Örgütü verilerine göre 15 yaş ve üstü bireylerin %31'i fiziksel olarak inaktiftir ve her yıl dünyada 3,2 milyon ölüm, sağlıksız yaşam tarzı davranışlarından kaynaklanmaktadır (Hall vd., 2020). Yıllar içerisinde, fiziksel aktivite rehberlerindeki önerilerde değişiklik olmamasına rağmen toplumların aktivite düzeyleri sınırlı kalmaktadır. 2025 yılına yapılan projeksiyonlarda fiziksel aktivite hedefine ulaşanların ancak %10'luk bir kesimden oluşacağını öngörmek ürkütücüdür (Hall vd., 2020).

Fiziksel inaktifliğin ve sedanterliğin; kalp damar hastalığı, diyabet, hipertansiyon, bazı kanser türleri vb. kronik hastalıkların gelişimine zemin hazırladığı bilgilerimiz arasındadır (Lippi, Henry, ve Sanchis-gomar 2020). Ayrıca, bu salgında da öğrendiğimiz gibi ek hastalığın bulunması mortaliteyi ve morbiditeyi olumsuz yönde etkilemektedir. Dünya Sağlık Örgütü'nün önerdiği fiziksel aktivite seviyesine ulaşmanın kalp damar hastalığı riskini %17, kalp damar hastalığından ölüm riskini %23, tip 2 diyabet insidansını %26 azalttığını göz önüne aldığımızda; COVID-19 salgını sırasında ve sonrasında, fiziksel aktivitenin gerekliliği ve toplum sağlığını korumak için kilit önemi olduğu gerçeği ile tüm dünya yüzleşmiştir (Lippi, Henry, ve Sanchis-gomar 2020; de Oliveira Neto vd., 2020). Henüz COVID-19 sonrası toplumdaki etkilenmenin ne düzeyde olacağını bilemesek de geçmiş yıllarda yaşadığımız tecrübeler; toplumların, fiziksel aktivitenin fiziksel ve mental sağlık üzerine oluşturacağı olumlu etkilere ihtiyaç duyacağı sonucunu çıkarmamıza neden olmaktadır (Hall vd., 2020). Bu nedenle, sosyal izolasyona dikkat ederek olabildiğince fiziksel aktif yaşam tarzı hayata geçirilmelidir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, fiziksel inaktivite

Atf için; Ercan, S., Başkurt, Z., Başkurt, F. ve Çetin, C. (2020) Fiziksel inaktivite ve Covid-19: İki büyük pandemi. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 51-52.

KAYNAKLAR

- Hall, G., Laddu, D. R., Phillips, S. A., Lavie, C. J., & Arena, R. 2020. "A Tale of Two Pandemics : How Will COVID-19 and Global Trends in Physical Inactivity and Sedentary Behavior Affect One Another?" *Progress in Cardiovascular Diseases*.
- Koh, G. C.H., & Hoenig, H. 2020. "How Should the Rehabilitation Community Prepare for 2019-NCov?" *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*. <https://doi.org/10.1016/j.apmr.2020.03.003>.
- Lippi, G., Henry B.M., & Sanchis-Gomar. F. 2020. "Physical Inactivity and Cardiovascular Disease at the Time of Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)." *European Journal of Preventive Cardiology*. <https://doi.org/10.1177/2047487320916823>.
- de Oliveira Neto, L., Elsangedy, H. M., de Oliveira Tavares, V. D., Teixeira, C. V. L. S., Behm, D. G., & Da Silva-Grigoletto, M. E. 2020. "Traininginhome-Home-Based Training during COVID-19 (SARS-COV2) Pandemic: Physical Exercise and Behavior-Based Approach." *Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício* 19(2).
- Petric, D. 2020. "Immune System and COVID-19." <https://www.researchgate.net/publication/340085323>.



ISSN: 2636-848X

DOI: 10.46385/tsbd.717427

**Türk Spor Bilimleri
Dergisi**
Türk Spor Bil Derg

Cilt 3, Sayı 2
Ekim 2020, 53-60

**The Journal of Turkish
Sport Sciences**
J Turk Sport Sci

Volume 3, Issue 2
October 2020, 53-60

Mahmut GÜLLE¹

Özgür AKTAŞ²

Bilgihan BÜYÜKTAŞ³

¹ Mustafa Kemal Üniversitesi
Beden Eğitimi ve Spor
Yüksekokulu

² Aksaray Üniversitesi
Spor Bilimleri Fakültesi

³ Çukurova Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Sorumlu Yazar/Corresponding Author:

Ö. Aktaş

e-mail: ozgur.72372@gmail.com

Geliş Tarihi: 09.04.2020

Kabul Tarihi: 26.10.2020

ORJİNAL ARAŞTIRMA
ORIGINAL RESEARCH

Üniversite Öğrencilerinin Farklı Değişkenler Açısından Takım Özdeşleşme ve Karşıt Görüşe Saygı Düzeylerinin İncelenmesi

Özet

Bu çalışmanın amacı; yarının eğitimcileri olacak olan beden eğitimi spor yüksekokulu ile eğitim fakültesi öğrencilerinin farklı değişkenler açısından takım özdeşleşme ve karşıt görüşe saygı düzeylerini incelemektir. Araştırmanın örneklem grubunu 2018-2019 akademik yıl içerisinde Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi bünyesinde öğrenim gören 290 beden eğitimi spor yüksekokulu öğrencisiyle 299 eğitim fakültesi öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmada, öğrencilere yönelik kişisel bilgi formu, Gülle (2018) tarafından geliştirilen "sporda karşıt görüşe saygı ve öz denetim ölçeği" ile Wann ve Branscombe (1993) tarafından geliştirilen Günay ve Tiryaki (2003)'nin geçerlik, güvenilirlik çalışmasını yaptığı "spor taraftarı özdeşleşme ölçeği" kullanılmıştır. Öğrencilerin bu iki ölçekten aldıkları ortalama puanlarının; cinsiyet, düzenli spor yapma, izlediği spor dalı, bölüm gibi değişkenler açısından farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Elde edilen verilerin hesaplanmasında ise SPSS 17 paket programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağıldığı saptanmış ve parametrik testlerden olan bağımsız örneklem t testi ile tek yönlü varyans analiz testi (ANOVA) ve Pearson Korelasyon Testi uygulanmıştır. Bu çalışmada anlamlılık düzeyi ($p < 0,05$) olarak kabul edilmiştir. Sonuç olarak; karşıt görüşe saygı ve öz denetim ölçeğinin iki alt boyutu olan saygı ve nefret alt boyutları ile cinsiyet, düzenli spor yapma, izlediği spor dalı, bölüm değişkenleri arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Spor taraftarı özdeşleşme ölçeği ile cinsiyet ve izlediği spor dalı değişkenleri arasında yine anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Karşıt görüşe saygı, takımla özdeşleşme, üniversite öğrencileri

Examination of The Levels of Team Identification and Respect for Opposite Approach of University Students In Terms of Different Variables

Abstract

The aim of this study is to examine the levels of team identification and respect for opposing views in terms of different variables of the students of the school of physical education and sports and faculty of Education who will be the educators of tomorrow. The sample group of the study consists of 290 physical education sports school students and 299 faculty of education students who studied under Hatay Mustafa Kemal University during the 2018-2019 academic year. In the study, the personal information form for the researchers was used, "respect for opposite approach and audit scale of self-control at the sport" developed by Güllü (2018) and "sport spectator identification scale" developed by Wann and Branscombe (1993). Students' average scores on these two scales; gender, whether or not regular sports, the branch of sports followed, the division of the variables such as the difference in terms of examined. In the calculation of the data obtained SPSS 17 package program was used. It was determined that the data were normally distributed and the independent sample t test from parametric tests and the one-way variance analysis test (ANOVA) and Pearson correlation test were applied. In this study, the level of significance ($p < 0.05$) as a result, there was a significant difference between the two sub-dimensions of respect and hate, which are the two sub-dimensions of respect and self-regulation scale, and the variables of gender, whether or not to play regular sports, the branch of sport and division. There was also a significant difference between the sports fan identification scale and the gender and sports branch variables.

Keywords: Respect for opposite approach, identification, university students

GİRİŞ

Teknolojinin hızlı gelişmesi ve artık kavramların sığ anlamlarından kurtulup başka anlamlar da kazanmalarıyla spor da kendi kabuğundan çıkıp çok daha geniş alanlara yayılmıştır. Çok daha fazla kişiye hitap etmeye başlayan spor, bazı fiziksel hareketler ve küçük yarışlar şeklinde görülürken bu bakış açısı değişip turnuvalar, uluslararası müsabakalar gibi çok büyük kitlelere hitap eden büyük bir eğlence ve aktivite aracı olmuştur. Tabi bunda bilgi kaynaklarının ve bilgiye erişim yollarının bir hayli artmasının payı oldukça büyüktür (Gençay, 2004). Bu yüzden artık spor günlük hayattaki neredeyse tüm unsurları etkileyen çok önemli bir kurum haline gelmiştir (Küçük ve Koç, 2004). Sporun kitleleri peşinden sürükleyip onlara heyecan veren bir seyir aracı olmasında şüphesiz en önemli etken kulüplerle birlikte taraftarlık olgusudur (Demirel, Karahan, Ünlü, 2007). Taraftarlar kendilerine yakın gördükleri, sevgi besleyip, sadakatle bağlı oldukları takımlara hayran olmaya, özdeşleşmeye yatkındırlar (Bozyiğit ve Doğan, 2018). Alan yazında takımla özdeşleşme kavramıyla alakalı farklı tanımlar mevcuttur. Örneğin, Funk ve James (2001) takımla özdeşleşmeyi, takım arkadaşlarının birbiriyle olan ilişkisi ve takımla olan psikolojik bağ olarak nitelendirirken, Wann ve Pierce (2003) ise bu kavramı psikolojik ve davranışsal anlamda adanmışlık olarak tanımlar. Yine Ashforth ve Mael (1999)'e göre takımla özdeşleşme, kişilerin desteklediği takımın başarısını ve mağlubiyetini kendi başarı ve mağlubiyeti olarak içselleştirmesidir. Bu tanımlara genel olarak bakıldığında ortak noktanın "taraftarın desteklediği takımla arasında kurduğu psikolojik bağ" olduğu çıkarımı yapılabilir (Ekinci, 2018).

Öz denetim, istenmeyen birtakım davranışları sergileme hususunda kendini kontrol altına alabilme (Tangney, Baumeister ve Boone, 2004) ve son olarak kişinin toplumun kabul edeceği biçimde düşüncelerini, hissettiği duygularını, davranışlarını ve bilişsel, zihinsel süreçlerini yönlendirebilmesidir (Kopp, 1982). Toplumsal hayatın getirdiği bazı gerekliliklerden biri olan birlikte yaşama hakkı, kişilerin haklarına karşı saygılı olmayı ve toplum içinde herkesin sorumluluklarının olduğunu anlatmaya çalışır. Bu bağlamda ortaya çıkan bazı sebeplerden dolayı kişi hakları ihlal edilir ve bu ihlaller sonucu insanlar yılgınlığa, karamsarlığa düşerler (Gülle, 2013). Günümüzde taraftar olmanın seyir zevki amacından uzaklaşarak ideolojik bir hal ve taraf olmak gibi ciddi sayılabacak sorunlara dönüştüğünü görmekteyiz. Sporda öz denetimden yoksun bir bireyin oluşmasındaki en büyük etkenler; empatik duyguları bünyesinde barındırmayan, kendini sorgulamayan ve bir tarafa ait olma hissiyatı içinde yaşayan insanlar olarak sıralayabiliriz. Öz denetimi olmadığı gibi empati duygusu da gelişmeyen insanlar müsabakalar sırasında rakibe karşı duygusal anlamda eksiklikler hissettiği ve bundan dolayı da sporda şiddet olaylarının önünün açıldığı gözlenmektedir. Araştırmalar göstermiştir ki eğer kişinin özdeşleşme düzeyi yüksekse, takım mağlubiyete uğradığı zaman kişide mağlubiyet almış gibi hisseder. Bu beraberinde kişinin saldırgan davranışlara başvurmasına sebep olur (Ekinci, 2018). Nitekim takımın performansı taraftarların öz saygı durumu ile son derece alakalıdır. Sonuç olarak, takımları kötü performans gösterdiğinde taraftarlar düşmanca davranabilir, çünkü bu tür performansların kendi imajları üzerinde olumsuz etkileri olduğunu düşünürler (Branscombe ve Wann, 1992). Bu bilgiler ışığında sporda karşıt görüşe saygı ve takım özdeşleşme düzeyi arasında ters bir orantı olduğu söylenebilir çünkü takımla özdeşleşme düzeyi yüksek olan taraftarın olumsuz bir sonuç alındığında öz denetimini kaybetmesiyle beraber saygısını da yitireceği öngörülebilir bir durumdur.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı geleceğin eğitimcileri olarak üniversitelerde bu yönde eğitim alan insanların hayatın her yerinde olan spor ve spor taraftarı olma düzeyleriyle karşıt görüşe saygı düzeylerini çeşitli değişkenler açısından incelemektir. Nitekim öğretmen adaylarının öz denetim, saygı seviyesinin yüksek olması ve fair-play ruhuyla sporun içinde yer alıp öğrencilerine olumlu rol model olması beklenir.

YÖNTEM

Betimsel çalışma; çok sayıda elemandan oluşan bir evrende, evren hakkında genel bir yargıya varmak amacı ile evrenin tümü ya da ondan alınacak bir grup üzerinde yapılan tarama düzenlemeleridir (Karasar, 2011).

Araştırma Grubu

Bu çalışmanın evreni, 2018-2019 eğitim öğretim yılı içerisinde Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi bünyesinde öğrenim gören beden eğitimi spor yüksekokulu ile eğitim fakültesi öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırma grubunu belirlemek amacıyla yapılan örnekleme seçim yöntemi ise gelişigüzel örnekleme yöntemidir. Gelişigüzel örnekleme seçiminde kapsamlı bir çalışmadan bahsedilemez. Bu nedenle sistematik bir örnekleme belirleme süreci yoktur. Genellikle örneklemin büyüklüğü araştırmacı tarafından keyfi olarak belirlenir (Baştürk ve Taştepe, 2013). Araştırmaya 299 eğitim fakültesi ve 290 beden eğitimi spor öğrencisi toplamda 589 kişi gönüllülük esaslı katılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada veri toplama aracı olarak sporda karşıt görüşe saygı öz denetim ölçeği (SKGSÖ) ile spor taraftarı özdeşleşme ölçeği (STÖÖ) kullanılmıştır. (SKGSÖ) ölçeği Güllü (2018) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 5'li likert tipi ölçek olup 15 madde ve "karşıt görüşe saygı" ile "karşıt görüşe nefret" olmak üzere 2 alt boyuttan oluşmaktadır. Karşıt görüşe nefret alt boyutunun Cronbach's Alpha değeri (,80) karşıt görüşe saygı alt boyutunun ise (,81) olarak hesaplanmıştır. (STÖÖ) Wann ve Branscombe (1993) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 7 maddeden ve tek boyuttan oluşmaktadır. 1 (önemli değil) ile 8 (çok önemli) arasında puanlanmaktadır. Cronbach's Alpha değeri (,91) olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Toplanması ve Analizi

Bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerden çeşitli demografik bilgilerinde (cinsiyet, öğrenim gördüğü fakülte, spor yapma durumu, izlediği spor dalı) bulunduğu ölçekleri gönüllük esaslı doldurmaları istenmiştir. Elde edilen verilere istatistik paket programı olan SPSS 17'de normallik testi yapılmış ve verilerin çarpıklık-basıklık değerleri -1,5 +1,5 (Tabachnick, Fidell ve Ulman, 2007) aralığında olduğundan dolayı normal dağıldığı saptanmıştır. İkili grup karşılaştırmaları için parametrik testlerden olan bağımsız örnekleme t testi, üç ve üçten fazla grup karşılaştırmaları içinse tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Öğrencilerin özdeşleşme düzeyleri ile karşıt görüşe saygı ve nefret alt boyutları arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla korelasyon analizlerinden olan Pearson Testi kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Cinsiyet Değişkenine Göre Karşıt Görüşe Saygı ve Nefret t Testi

	Grup	N	\bar{x}	SS	t	p
KGN*	Erkek	297	4,27	,88	-6,080	,000**
	Kız	292	3,87	,71		
KGS**	Erkek	297	4,03	,63	-4,664	,000**
	Kız	292	4,26	,57		

*** $p < 0,01$ *KGN: Karşıt Görüşe Nefret **KGS: Karşıt Görüşe Saygı

Tablo 1 incelendiğinde örnekleme oluşturan öğrencilerin karşıt görüşe saygı ve öz denetim ölçeğinin iki alt boyutu olan saygı ve nefretin cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız örnekleme t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. KGN($t = -6,080$; $p < .05$). KGS($t = -4,664$; $p < .05$).

Tablo 2. Cinsiyet Değişkenine Göre Taraftar Özdeşleşme t Testi

Grup	N	\bar{x}	SS	t	p
Erkek	297	4,67	1,848	-2,342	,020*
Kız	292	4,32	1,834		

* $p < 0,05$ ** $p < 0,01$

Tablo 2 incelendiğinde örnekleme oluşturan öğrencilerin taraftar özdeşleşme düzeyleri ile cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız

örneklem T testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. ($t=-2,342$; $p<.05$).

Tablo 3.Bölüm Değişkenine Göre Karşıt Görüşe Saygı ve Nefret t Testi

	Grup	N	\bar{x}	SS	t	p
KGN	Eğitim*	299	4,16	,81	2,499	,013***
	BESYO**	290	3,99	,83		
KGS	Eğitim	299	4,20	,59	1,984	,048***
	BESYO	290	4,10	,63		

*** $p<0,01$ *BESYO: Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu; **Eğitim: Eğitim Fakültesi

Tablo 3'te görüldüğü gibi, örnekleme oluşturan öğrencilerin karşıt görüşe saygı ve öz denetim ölçeğinin iki alt boyutu olan saygı ve nefretin bölüm değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız örneklem t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. KGN($t=2,499$; $p<.05$). KGS($t=1,984$; $p<.05$).

Tablo 4.Bölüm Değişkenine Göre Taraftar Özdeşleşme Düzeyi t Testi

Grup	N	\bar{x}	SD.	t	p
Eğitim	299	4,58	1,85	1,158	,247
BESYO	290	4,41	1,83		

Tablo 4. incelendiğinde örnekleme oluşturan öğrencilerin taraftar özdeşleşme düzeyleri ile bölüm değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız örneklem t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ($t=1,158$; $p>.05$).

Tablo 5.Düzenli Spor Yapıp Yapmamaya Göre Karşıt Görüşe Saygı ve Nefret t Testi

	Grup	N	\bar{x}	SD.	t	p
KGN	Spor yapan	287	3,95	,87	-3,516	,000*
	Spor yapmayan	302	4,19	,76		
KGS	Spor yapan	287	4,18	,63	-1,372	,170
	Spor yapmayan	302	4,11	,59		

* $p<0,01$

Tablo 5. incelendiğinde gibi örnekleme oluşturan öğrencilerin, karşıt görüşe saygı ve öz denetim ölçeğinin iki alt boyutu olan saygı ve nefretin düzenli spor yapıp yapmama değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla bağımsız örneklem t testi uygulanmıştır. T testi sonucunda grupların nefret alt boyutu ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur($t=-3,516$; $p<.05$). Fakat saygı alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilememiştir ($t=-1,372$; $p>.05$).

Tablo 6.Düzenli Spor Yapıp Yapmamaya Göre Taraftar Özdeşleşme Düzeyi t Testi

Grup	N	\bar{x}	SD.	t	p
Spor yapan	287	4,58	1,88	-1,149	,251
Spor yapmayan	302	4,41	1,81		

Tablo 6.'da görüldüğü gibi örnekleme oluşturan öğrencilerin spor taraftar özdeşleşme ölçeğinin düzenli spor yapıp yapmama değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız örneklem t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ($t=1,149$; $p>.05$).

Aşağıda Tablo 7'de sporda karşıt görüşe saygı ve öz denetim ölçeğinin iki alt boyutu olan nefret ve saygı ortalamalarının spor dalına göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucunda istatistiksel olarak anlamlı farklar bulunmuştur KGN($F=9,047$; ,00). KGS ($F=3,651$; ,01). ANOVA sonrası tespit edilen anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı post-hoc analiz tekniklerinden olan tukey testine

geçilmiştir. Tukey testi sonucunda iki alt boyutta da anlamlılığın futbol ile voleybol arasındaki farktan kaynaklandığı tespit edilmiştir.

Tablo 7.Spor Dalı Değişkenine Göre Karşıt Görüşe Saygı ve Nefret Düzeylerinin Tek Yönlü Varyans (ANOVA) Testi

	Branşlar	N	\bar{x}	SS	Varyans Kaynağı	KT	SD.	KO	f	p
KGN	Futbol	155	4,26	,72	Gruplar arası	17,872	3	5,957	9,047	,000**
	Basketbol	142	4,17	,79						
	Voleybol	142	3,80	,92	Grup içi	385,190	585	,658		
	Diğer	150	4,08	,80						
KGS	Futbol	155	4,05	,64	Gruplar arası	4,112	3	1,371	3,651	,013*
	Basketbol	142	4,17	,57						
	Voleybol	142	4,28	,53	Grup içi	219,658	585	,375		
	Diğer	150	4,10	,67						

*p<0,05 **p<0,01

Tablo 8.Spor Dalı Değişkenine Göre Özdeşleşme Düzeylerinin Tek Yönlü Varyans (Anova) Testi

Branş	N	\bar{x}	SS	Varyans Kaynağı	KT	SD.	KO	f	p
Futbol	155	5,05	1,72	Gruplar arası	101,254	3	33,751	10,348	,000**
Basketbol	142	4,72	1,82						
Voleybol	142	3,97	1,79	Grup içi	1907,977	585	3,261		
Diğer	150	4,28	1,89						

*p<0,05 **p<0,01

Tablo 8. incelendiğinde taraftar özdeşleşme ölçeği ortalama puanlarının ilgilendiği spor dalına göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucunda istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur (F=10,348; ,00). ANOVA testi sonrası saptanan anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı post-hoc analiz tekniklerinden olan Tukey testine geçilmiştir. Tukey testi sonucunda anlamlı farklılığın futbol, voleybol ve diğer spor dalları arasından kaynaklandığı tespit edilmiştir. Ayrıca yine basketbol ile voleybol arasında da anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır.

Tablo 9. Karşıt Görüşe Saygı ve Nefret Alt Boyutları ile Özdeşleşme Düzeyi Arasındaki İlişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Pearson Korelasyon Testi

		KGS	KGN
Özdeşleşme	Pearson Korelasyon (r)	-,106*	,469**
	Sig. (t2.)	,010	,000
	n	589	589

*p<0,05 **p<0,01

Tablo 9. incelendiğinde öğrencilerin özdeşleşme düzeyleri ile karşıt görüşe saygı ve nefret alt boyutları arasında ilişki olup olmadığını tespit etmek amacıyla korelasyon analizlerinden olan Pearson Testi kullanılmıştır. Özdeşleşme ve karşıt görüşe saygı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilirken (r=-,106, p<0,05), özdeşleşme ve karşıt görüşe nefret arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır (r=,469, p<0,05).

TARTIŞMA ve SONUÇ

Teknolojinin bu denli hızlı gelişmesi ve artık kavramların sığ anlamlarından kurtulup başka anlamlar da kazanmalarıyla spor da kendi kabuğundan çıkıp çok daha geniş alanlara yayılmış, çok daha fazla kişiye hitap etmeye başlamıştır. Spor, bazı fiziksel hareketler ve küçük yarışlar şeklinde görülürken bu bakış açısı değişmiş, turnuvalar, uluslararası müsabakalar gibi çok büyük kitlelere hitap eden büyük bir eğlence ve aktivite aracı olmuştur. Tabi bunda bilgi kaynaklarının ve bilgiye erişim yollarının hayli artmasının payı büyüktür (Gençay, 2004). Bu sebeple spor günlük hayattaki neredeyse tüm unsurları etkileyen çok önemli bir kurum haline gelmiştir (Küçük ve Koç, 2004). Bu söylemlere bakıldığında sporun artık hayatımızın her yerinde olduğu çıkarımı yapılmaktadır. Hayatımızın her yerinde olan spor, beden eğitimi dersinin dışında

bir matematik bir Türkçe bir biyoloji dersinde de karşımıza çıkmakta bu derslerde verilen örneklerin içinde yer almaktadır. Hatta öğretmen bazen dikkatleri dağılan öğrencileri tespit ettiğinde onların derse olan dikkatini geri getirmek için kısada olsa spor gündemi açarak konuşmalarını sağladığı bilinmektedir.

Tablo 1. incelendiğinde örnekleme oluşturan öğrencilerin karşıt görüşe saygı ve öz denetim ölçeğinin iki alt boyutu olan saygı ve nefretin cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız örneklem t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. İçinde bulunduğumuz toplumun dinamikleri göz önüne alındığında erkek taraftarların şiddete meyilli bir tavır takınmaları ile karşıt takıma olan saygıları arasında ters bir oran vardır. Nitekim araştırmanın bulguları incelendiğinde nefret kat sayısı olarak erkeklerin daha yüksek ortalamaya sahip olduğu, saygı olarak kadınlara göre daha düşük ortalamaya sahip olduğu görülmektedir. Şiddet, nefret gibi tutumları bir kabul edersek Öztürk (2019) yapmış olduğu çalışmada erkeklerin şiddet ve saldırganlık durumlarının hem spor yapan hem de yapmayan bireylerde kadınlara göre daha yüksek çıktığını saptamıştır. Özdemir, Orhan ve Özdemir (2018), Birinci (2019), Fidan (2016) yapmış oldukları çalışmada erkeklerin kadınlara göre daha yüksek saldırganlık düzeyine sahip olduğunu tespit etmiş olup bu çalışmanın bulgularıyla paralellik göstermiştir. Yine Öztürk (2019), Özdemir vd., (2018) yaptığı çalışmada şiddet durumu ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık tespit etmiştir ve bu çalışmanın bulgularıyla örtüşmektedir.

Tablo 3. incelendiğinde; örnekleme oluşturan öğrencilerin karşıt görüşe saygı ve öz denetim ölçeğinin iki alt boyutu olan saygı ve nefretin bölüm değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız örneklem t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Beden eğitimi ve spor öğrencilerinin eğitim fakültesi öğrencilerine göre saygı puanlarının yüksek, nefret puanlarının düşük olmasının sebebi olarak; üniversite hayatları boyunca fair-playin, spor etiğinin ne kadar önemli olduğu konusunda ders almaları ve bunları uygulayıcı rol alacaklarından dolayı kendilerine bu misyonu yüklemeleri olduğu düşünülmektedir. Alan yazında çalışmanın bulgularına ters düşen çalışmalarda yer almaktadır. Nitekim; Özdemir vd., (2018) yapmış oldukları çalışmada fiziksel ve sözel saldırganlık, öfke, düşmanlık puanlarında hukuk fakültesi öğrencilerine göre beden eğitimi ve spor öğrencilerinin daha yüksek ortalamalara sahip olduğunu tespit etmişlerdir.

Tablo 5'te görüldüğü gibi örnekleme oluşturan öğrencilerin, karşıt görüşe saygı ve öz denetim ölçeğinin iki alt boyutu olan saygı ve nefretin düzenli spor yapıp yapmama değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla bağımsız örneklem t testi uygulamıştır. T testi sonucunda grupların nefret alt boyutunda ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Fakat saygı alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Birinci (2019) yapmış olduğu çalışmada spor yapanlarla yapmayanlar arasında öfke, fiziksel ve sözel saldırganlık arasında anlamlı bir farklılık saptamış olup bu çalışmanın bulgularıyla paralellik göstermiştir. Yine Fidan (2016) tarafından yapılan çalışmada spor yapıp yapmama değişkeninin şiddet üzerinde anlamlı bir farklılığa sebep olduğunu tespit etmiş olup bu çalışmanın bulgularıyla örtüşmektedir. Spor yapma ile saldırganlık eğilimi arasında ters yönde bir orantı mevcuttur. Spor yapma oranı arttığında saldırganlık eğilimi azalmakta; spor yapma azaldığında saldırganlık eğilimi de artmaktadır (Fidan, 2016). Bu çalışmanın bulguları bu söylemi destekler niteliktedir.

Tablo 7'de görülebileceği üzere, sporda karşıt görüşe saygı ve öz denetim ölçeğinin iki alt boyutu olan nefret ve saygı ortalamalarının spor dalına göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucunda istatistiksel olarak anlamlı farklar bulunmuştur. Karşıt görüşe saygı ve nefret arasında ters yönde bir orantı vardır. Futbol branşında nefretin en yüksek seviyede olmasına karşın saygının en düşük seviyede olmasının sebebi olarak; bugün sporda yaşanan şiddet olaylarının çoğunluğunun futbol branşında olmasından dolayı sonucun bu şekilde çıktığı söylenebilir. Futbol literatürü incelendiğinde, seyirci, fanatik, taraftar, holigan terimlerinin sıkça kullanıldığı görülmektedir (Koçer, 2012).

Spor taraftar özdeşleşme düzeyleri çeşitli değişkenler açısından incelendiğinde spor taraftar özdeşleşme ölçeğinden alınan ortalama puan ile cinsiyet ve ilgilendiği spor dalı değişkenleri arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Tablo 2 incelendiğinde öğrencilerin özdeşleşme seviyelerinin yüksek olduğu söylenebilir. Gencay ve Karaküçük (2006), Ekinci (2018), Demirel vd., (2007), Güllü ve Güçlü (2006) tarafından yapılan 4 farklı çalışmada da öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre taraftar özdeşleşme düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiş olup bu çalışmayla paralellik göstermektedirler. Yine Günay ve Tiryaki (2003) tarafından yapılan spor taraftarı özdeşleşme ölçeğinin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasındaki özdeşleşme puanlarına göre cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Alan yazında cinsiyetin özdeşleşme düzeyi üzerinde anlamlı bir farklılığa sebep olmadığını tespit eden (Wann, Carlson ve Schrader, 1999) çalışmalarda mevcuttur. Araştırmanın bulguları incelendiğinde erkek öğrencilerin özdeşleşme düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Erkekler için bir spor taraftarı olma, onların kimliğinin önemli bir parçasıdır (Bahk, 2000). Ekinci (2018) tarafından yapılan çalışmada öğrencilerin ilgilendiği spor dalı ile özdeşleşme düzeyleri arasında anlamlı farklılık tespit edememişken yapılan bu çalışmada anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Ekinci (2018) tarafından yapılan araştırma sonuçları incelendiğinde sportif etkinliklere katılım sağlayan bireylerle katılım sağlamayan bireyler arasında özdeşleşme düzeyi açısından anlamlı bir farklılık tespit edilmemiş olup tablo 6 incelendiğinde bu çalışmayla paralellik gösterdiği görülmektedir.

Tablo 9. incelendiğinde öğrencilerin özdeşleşme düzeyleri ile karşıt görüşe saygı ve nefret alt boyutları arasında ilişki olup olmadığını tespit etmek amacıyla korelasyon analizlerinden olan Pearson Testi kullanılmıştır. Özdeşleşme ve karşıt görüşe saygı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilirken özdeşleşme ve karşıt görüşe nefret arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Alan yazında özdeşleşme düzeyinin artmasıyla birlikte saldırganlık düzeyinin de arttığını tespit eden çalışmalar (Branscombe ve Wann,1994), (Wann, Carlson ve Schrader, 1999) mevcuttur. Sporda karşıt görüşe saygı ve takım özdeşleşme düzeyi arasında ters bir orantı olduğu söylenebilir çünkü takımla özdeşleşme düzeyi yüksek olan taraftarın olumsuz bir sonuç alındığında öz denetimini kaybetmesiyle beraber saygısını da yitireceği söylenebilir.

Sonuç olarak beden eğitimi spor yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin karşıt görüşe saygı düzeyleri açısından eğitim fakültesindeki öğrencilere oranla ortalamalarının yüksek çıktığı tespit edilmiştir. Cinsiyet açısından erkeklerin karşıt görüşe nefret ve takımla özdeşleşme düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Futbol diğer branşlara göre özdeşleşmenin ve şiddetin daha yüksek olduğu bir branştır. Bu araştırmanın sonuçlarıyla da bu bilgi örtüşmektedir. Düzenli olarak spor yapan öğrencinin spor yapmayana göre özdeşleşmesi ve karşıt görüşe saygı düzeyinin yüksek olduğu görülmüştür.

Öneriler

Sporda karşıt görüşe saygı ve öz denetim çalışması ferdi ve takım sporları için ayrı ayrı incelenebilir. Bu çalışmada kullanılan veri toplama araçları beden eğitimi spor yüksekokulu bünyesinde bulunan bölümlere uygulanabilir.

KAYNAKLAR

- Aycan, A., Polat, E., & Yılmaz, U. (2009). Takım özdeşleşme düzeyi ile profesyonel futbol müsabakalarına seyirci olarak katılım kararını etkileyen değişkenler arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(4), 169-174.
- Bahk, C. M. (2000). Sex differences in sport spectator involvement. *Perceptual and Motor Skills*, 91(1), 79-83.
- Baştürk, S., ve Taştepe, M. (2013). Evren ve Örneklem. *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*, Ankara: Vize Yayıncılık, 129-159.
- Birinci, R. (2019). *Spor yapan ve yapmayan bireylerin benlik saygısı ve saldırganlık düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzincan.
- Bozyiğit, E. ve Doğan, F. (2018). Examination of the psychological commitment to team of the students of faculty of sports sciences. *Journal of Human Sciences*, 15(4), 2159-2167.
- Branscombe, N. R. ve Wann, D. L. (1992). Physiological arousal and reactions to outgroup members during competitions that implicate an important social identity. *Aggressive Behavior*, 18(2), 85-93. [https://doi.org/10.1002/1098-2337\(1992\)18:2<85::AID-AB2480180202>3.0.CO;2-9](https://doi.org/10.1002/1098-2337(1992)18:2<85::AID-AB2480180202>3.0.CO;2-9)

- Branscombe, N. R. ve Wann, D. L. (1994). Collective self- esteem consequences of outgroup derogation when a valued social identity is on trial. *European Journal of Social Psychology*, 24(6), 641-657. <https://doi.org/10.1002/ejsp.2420240603>
- Demirel, M., Karahan Güven, B., & Ünlü, H. (2007). Farklı üniversitelerdeki spor taraftarlarının takımları ile özdeşleşme düzeyleri. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2), 76-86.
- Ekinci, N.E. (2018). Üniversite öğrencilerinin taraftarı oldukları takım ile özdeşleşme düzeylerinin incelenmesi. *Social Sciences Studies Journal*, 4(22), 4050-4054.
- Fidan, C. (2016). İlköğretim 2. kademe (5. 6. 7. 8. Sınıf) öğrencilerinin spor yapan ve yapmayanların saldırganlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi (Kahramanmaraş ili örneği). Yüksek Lisans Tezi. Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kahramanmaraş.
- Gençay, S. (2004). *Üniversite öğrencilerinin spor taraftarlığıyla ilgili davranışları üzerine bir araştırma*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Gençay, S. ve Karaküçük, S. (2004). Üniversite öğrencilerinin spor taraftarlığıyla ilgili davranışları üzerine bir araştırma. *Gazî Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(4), 11-22.
- Gülle, M. (2013). *Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin okul ortamında maruz kaldıkları yıldırma algıları ve örgütsel bağlılık düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Gülle, M. (2018). Sporda karşıt görüşe saygı ve öz denetim ölçeği: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Adyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* (29), 262-279. <https://doi.org/10.14520/adyusbd.433780>
- Güllü, M. ve Güçlü, M. (2006). Ortaöğretim öğrencilerinin taraftarı oldukları spor takımları ile özdeşleşmelerinin incelenmesi. *9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Bildiriler Kitabı*, 3-5.
- Günay, N. ve Tiryaki, Ş. (2003). Spor taraftarı özdeşleşme ölçeğinin (STÖÖ) geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 14(1), 14-26.
- Karasar, N. (2011). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*, Ankara: Nobel Yayınevi.
- Koçer, M. (2012). Futbol derneklerine üye olan taraftarların şiddet ve holiganizm eğilimlerinin belirlenmesi: Kayseri örneği. *Erişyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(32), 111-135.
- Kopp, C.B. (1982). Antecedents of self-regulation: a developmental perspective. *Developmental psychology*, 18(2), 199. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.18.2.199>
- Küçük, V. ve Koç, H. (2004). Psiko-sosyal gelişim süreci içerisinde insan ve spor ilişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (9), 1-12.
- Özdemir, Ö., Orhan, İ., Nazlı, B. ve Özdemir, S. (2018). Spor bilimleri ve hukuk fakültesi öğrencilerinde saldırganlık düzeylerinin incelenmesi. *Journal Of International Social Research*, 11(61), 1305-1311. <http://dx.doi.org/10.17719/jisr.2018.3019>
- Öztürk Y.M. (2019). *Aktif spor yapan ve yapmayan spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sporda şiddet eğilimi ve saldırganlık davranışlarına ilişkin görüşlerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.
- Tabachnick, B.G., Fidell, L.S. ve Ullman, J.B. (2007). *Using Multivariate Statistics* (Vol. 5). Boston MA: Pearson.
- Tangney, J.P., Baumeister, R.F. ve Boone, A.L. (2004). High self- control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of personality*, 72(2), 271-324. Doi: [10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x](https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x)
- Wann, D.L., Carlson, J.D. ve Schrader, M.P. (1999). The impact of team identification on the hostile and instrumental verbal aggression of sport spectators. *Journal of Social Behavior and Personality*, 14(2), 279-286.
- Wann, D.L. ve Branscombe, N.R. (1993). Sports fans: measuring degree of identification with their team. *International Journal of Sport Psychology*, 24(1),17.



ISSN: 2636-848X

DOI: 10.46385/tsbd.782109

**Türk Spor Bilimleri
Dergisi**
Türk Spor Bil Derg

Cilt 3, Sayı 2
Ekim 2020, 61-69

**The Journal of Turkish
Sport Sciences**
J Turk Sport Sci

Volume 3, Issue 2
October 2020, 61-69

İD Bedriye URAL¹

İD Emine ATICI²

İD Gamze AYDIN²

İD Laçin Naz TAŞÇILAR²

İD Burcu YEŞİLKAYA²

İD Ahmet Cüneyt AKGÖL²

İD Tülay ÇEVİK SALDIRAN³

İD Mehmet ÖZKESKİN⁴

¹ Sağlık Bilimleri University
Faculty of Health Sciences

² İstanbul Okan University
Faculty of Health Sciences

³ Bitlis Eren University
Faculty of Health Sciences

⁴ Ege University
Faculty of Health Sciences

Sorumlu Yazar/Corresponding Author:

B. Ural

e-mail: gulerbedriye@gmail.com

Geliş Tarihi: 18.08.2020

Kabul Tarihi: 26.10.2020

ORIGINAL RESEARCH
ORIJİNAL ARAŞTIRMA

The Effects of Nutritional Habits on Physical Fitness Parameters in Athletes

Abstract

Nutrition is one of the major component of sustainable energy, optimal body composition, improving physical fitness and maintaining good health status in athletes. The aim of the study is to investigate the effect of nutritional habits on physical fitness parameters of athletes playing in university teams in different sports branches. Height, body weight of the athletes were measured and body mass index (BMI) was calculated. 12 minute run test, 20 meter sprint test, slalom test, sit ups test, push up test, closed kinetic chain upper extremity stability test (CKCUET test), vertical jump test and hand grip strength test (right-left) were applied to the athletes. 72 athletes who participated in the study, 41.7% were female and 58.3% were male. It was found that the majority of athletes (60.0% for women; 66.7% for men) consumed 3-4 meals a day. While the majority of the athletes reported that they skipped meals, the most skipped meal was breakfast ($p=0.05$). It was observed that the group consuming 5 or more meals covered more distance in standing long jump and vertical jump tests. When the right and left hand grip strength examined, it was shown that the group who consumed 5 or more meals had better performance, but there was no statistically significant difference ($p>0.05$). As a result, athletes need different nutritional programs depending on factors such as gender, age, sport, training/competition time. A well-nourished athlete will have higher physical fitness and concentration ability and maximum efficiency of the training.

Keywords: Nutritional habits, physical fitness, athletes, anthropometry

Sporcularda Beslenme Alışkanlıklarının Fiziksel Uygunluk Parametreleri Üzerine Etkileri

Özet

Beslenme, sürdürülebilir enerjinin, optimal vücut kompozisyonunun, fiziksel performansı geliştirme ve sporcularda sağlık durumunu korumanın ana bileşenlerinden biridir. Araştırmanın amacı, farklı spor branşlarında üniversite takımlarında oynayan sporcuların beslenme alışkanlıklarının fiziksel uygunluk parametreleri üzerine etkisini araştırmaktır. Sporcuların boyları, vücut ağırlıkları ölçülüp, vücut kitle indeksleri (BKİ) hesaplanmıştır. 12 dakikalık koşu testi, 20 metre sprint testi, slalom testi, sit up testi, push up testi, üst ekstremitte kapalı kinetik zincir stabilite testi (CKCUET testi), dikey atlama testi ve el kavrama gücü testi (sağ-sol) uygulandı. Çalışmaya katılan 72 sporcunun %41.7'si kadın, %58.3'ü erkekti. Sporcuların çoğunluğunun (kadınlarda %60.0; erkeklerde %66.7) günde 3-4 öğün yemek yediği tespit edildi. Sporcuların geneli öğün atladıklarını belirten en çok atlanan öğün kahvaltıydı ($p = 0.05$). Durarak uzun atlama ve vertikal sıçrama testlerinde 5 ve üzeri öğün tüketen grubun daha fazla mesafe katettikleri görülmüştür. Sağ ve sol el kavrama kuvveti incelendiğinde 5 ve daha fazla öğün tüketen grubun daha iyi performans gösterdiği, ancak istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görüldü ($p > 0.05$). Sonuç olarak sporcuların cinsiyet, yaş, spor, antrenman/müsabaka süresi gibi faktörlere bağlı olarak farklı beslenme programlarına ihtiyaçları vardır. İyi beslenmiş bir sporcu daha yüksek fiziksel uygunluk ve konsantrasyon yeteneğine, antrenmanlarda maksimum verimliliğe sahip olabileceği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Beslenme alışkanlıkları, fiziksel fitness, sporcu, antropometri

To cite this article; Ural, B., Atıcı, E., Aydın, G., Taşçılar, L.N., Yeşilkaya, B., Akgöl, A.C., Çevik-Saldıran, T., & Özkeskin, M. (2020) The effects of nutritional habits on physical fitness parameters in athletes. *The Journal of Turkish Sport Sciences*, 3(2), 61-69.

This article was presented at the 5. International Eurasian Congress on Natural Nutrition Healthy Life and Sport in Ankara in 2019.

INTRODUCTION

Technical skills, physical fitness, coordination, condition and motivation, and nutrition are important parameters for team sports which are depend on the type of sport. The main factors for achieving high performance in different sports are anatomical, functional, biomechanical and physiological adaptation of the sport. Athletes spend most of their time training to withstand the long-term physiological load that occurs during the match and the season, as well as to increase their efficiency. Nutritional interventions are also recommended to reduce the negative consequences of exercise-induced muscle damage.

Basketball, volleyball, and football are the common team sports that play. These sports branches have similar physical, physiological and motoric properties beside similar technical features. Team sports such as basketball, football, volleyball which are called intermittent sports, are the branches that both aerobic and anaerobic energy systems are used. Sportive performance can be described as the total effort made for success in the performance of an athletic task that needs to be done. Strength, speed, endurance, flexibility, reaction time, postural fitness, sport-specific characteristics should be evaluated according to the type of sport (Bayraktar and Kurtoglu, 2009; Karacabey 2013; Yazar et al., 2011).

Follow-up of athletes with a nutrition program is one of the main factors that increase their physical fitness efficiency (Yazar et al., 2011). It is important that athlete and coaches should have and use efficient information about nutrition in sports (Canbolat, 2016). Adequate and balanced nutrition is the intake of energy and nutrients such as; protein, carbohydrates, vitamins, and minerals in sufficient amounts (Parlak, 2008; American College of Sports Medicine et al., 2000).

Nutrition of an athlete affects body weight, body composition, recovery time, sport related physical fitness parameters and consequently overall health. Sports nutrition is necessary to meet the increasing energy requirement by training. There must be sufficient calorie and nutrient (carbohydrate, protein, fluid etc.) intake to provide the necessary energy and maintain positive energy sustainability. The energy that athlete needs vary depending on gender, age, height, weight, daily physical activities, sports branch and training periods (American College of Sports Medicine et al., 2000; TUBER, 2015; Ozdemir, 2010). Adequate fluid intake should be supplied along with a well-balanced nutrition program with macro and micronutrients. It has been shown that athletes improve overall physical fitness and provide competitive advantage through nutritional arrangements for training and competition periods. Giving athletes the required energy, nutrient, and fluid supports the adaptation and recovery process after training (Dinç et al., 2017; Ersoy, 2014).

Purpose of the Research

Athletes may experience losing more body water and they press into muscle, joints and bones tissues than non-athletes (Tarnopolsky et al., 2005). Therefore, athletes need more energy and fluid to decompensate, especially during heavy training periods. In case of inadequate intake of energy with food consumption for a long time, the energy that athlete needs are supplied from the storage in the body. In this case, there is a decrease in muscle tissue along with weight loss and performance decreases with loss of strength and endurance (Kondrić et al., 2012; Sarper et al., 2016). It is required to increase the frequency and content of meals for athletes to meet their high energy needs compared to normal individuals. Nutrition is very important before, during and after the exercise especially for the athletes who are prepared for the competitions and who are training intensively (Kessinger, 2018). Athletes should be supported by three main meals (breakfast-lunch-dinner) with snacks according to their training periods. Body compositions such as body weight and body fat mass of the athletes who are followed up with a diet program is within the recommended levels. It is thought that an athletic-specific nutrition program which provides the necessary energy, liquid and nutrients is effective on the physical fitness parameters (American College of Sports Medicine et al., 2000; Gülgün and Hasbay, 2008). The aim of the study is to investigate the effect of nutritional habits on physical fitness parameters of athletes playing in university teams in different sports branches.

METHODS

Research Group

A total of 72 athletes in the sports club of Istanbul Okan University who have been doing exercise with the license for 2 years were included in the study. Athletes without physical and mental discomfort were players of basketball, volleyball, korfbal and American football teams.

Table 1. Gender Variables of Athletes

Variables	Frequency	Percentage (%)
Gender		
Female	30	41.7
Male	42	58.3

Data Collection Methods

Nutritional Questionnaire

A questionnaire was applied to the athletes to determine frequency of meals they consumed, skipped meals, reasons for skipping meals, nutritional information and the source of nutritional information.

Anthropometric Measurements

Measurements of body composition of athletes (height, weight, body mass index, lean body mass, fat percentage, total body water, basal metabolic rate, etc.) were measured with bioimpedance body analyzer. The height of the athletes was measured using the stadiometer (degree of accuracy was 0.01 cm) when they were in the anatomical posture position (the head was in the frontal plane, the overhead line was in the vertex point in the Frankfort plane) and the measurements were recorded in centimeters. The waist circumference of the athletes was calculated by measuring the lowest circumference in the middle of the iliac crest and the lowest rib. Hip circumference; the widest part of the hip is measured in tape measure and written in centimeters.

Physical Fitness Tests

Aerobic power tests: The aerobic capacity of the athletes was evaluated by a 12-minute running test. The athletes were asked to run for 12 minutes in the marked area. The athletes were advised to take as much distance as possible during these 12 minutes. As soon as the run started, the stopwatch was started and the distance traveled at the end of 12 minutes were recorded. The maximum amount of oxygen consumption that a person can use during 12 minutes of running was calculated in ml/kg.min with the Cooper test formula (running distance during 12 minutes-505)/45) (Nilsson and Cardinale, 2015).

Anaerobic Power Tests

Vertical jump anaerobic power test: Vertical Jump Test was used for vertical plyometric force in athletes. The athletes extended as high as possible by standing up (give equal weight to both feet open at shoulder width) and this point was marked with chalk on the wall. This was the zero starting position and the athlete was asked to jump without flexing the knee, hip, and ankle, and that point was marked. The score was the vertical distance between the two points drawn in chalk. Anaerobic power was calculated in kg.m/s with the formula of $\sqrt{4,9 \times \text{Body weight (kg)} \times \text{vertical displacement (m)}}$ (Sattler et al., 2015).

Standing long jump test: It was conducted to determine the functional strength, neuromuscular control and dynamic power of the lower extremity. The subjects were asked to jump as far as they could with their legs shoulder-width apart and parallel to each other from a starting point we determined. The distance left behind by the subjects after their jumps was measured and recorded. Each subject was given three jumps and their best jumps were considered (Güzel Atalay and Kafa, 2017).

Agility test: Slalom test was applied to the athletes to test the versatile speed, agility and body control. There were 6 obstacles placed at 2 m intervals in the test area. The time of test was measured running at

maximum speed in the slalom pattern (forward and backward direction from the starting point) in this test area. The test area was 20 m long and the obstacles used as test material are 60 cm high and 80 cm wide (Güzel Atalay and Kafa, 2017).

Speed tests: 20 Meter Sprint test was applied to athletes for speed test. In this test, the athletes were asked to complete the distance of 20 meters as soon as possible, the measurements were repeated twice and the best value was recorded (Karacabey, 2013).

Endurance tests: The endurance of the athletes were evaluated with sits up, push-up and Closed Kinetic Chain Upper Extremity Test (CKCUET) repeat numbers. Abdominal muscle strength was assessed by the sits up test, upper extremity muscular strength and endurance were evaluated by push-up and CKCUET test. In the sits up test, the athletes lied on the mat in a supine position with the knees flexed at 90°. The athletes were asked to cross the hands over the chest, flexing the trunk and raising himself/herself 90°. Each sits up started with a return to the ground. The athletes were asked to repeat this movement for 30 seconds and each correct movement was recorded as a number (Güzel Atalay and Kafa, 2017).

Push up test: The athletes were positioned in the prone position on the mat with only the toes and hands were in contact with the ground. The athletes were asked to lower the entire trunk down until the elbows were flexed 90° and return to the initial position. The athletes were asked to repeat this movement for 60 seconds and each correct movement was recorded as a number (Güzel Atalay and Kafa, 2017).

Closed kinetic chain upper extremity test (CKCUET): The athletes were in the push-up position and their hands were on a 90 cm horizontal line for the test. The athletes were told to touch the line next to the other hand and return to the starting position and repeat it with the other hand, respectively. Each touch of the hand on the opposite line starting point was counted as a number. Each touch done within 15 seconds was recorded as a number. Athletes done warm-up movements before the test. The measurements were repeated 3 times and the best value was recorded (Roush et al., 2007).

Handgrip strength test: Handgrip strength was evaluated with JAMAR hand dynamometer (Sammons Preston, USA) measuring isometric muscle contraction for dominant and non-dominant hands. The measurement was recorded as the highest value in kilogram-force when the athletes were sitting in the shoulder adduction, elbow 90° flexed, the forearm and wrist were in the neutral position, and the athletes grasped the dynamometer and squeezed it with maximum force (Narin et al., 2009).

Data Analysis

Athletes were evaluated in terms of anthropometric measurements, nutritional habits, and physical fitness parameters. The relevant percentage differences were used to evaluate the relationship between nutritional habits and physical fitness parameters. The difference between the closing values of shares was determined as a percentage and presented in tables.

RESULTS

The study was carried out 72 athletes; 41.7% of athletes were female and 58.3% were male. Demographic variables of the athletes according to gender are shown in Table 2.

When the mealtime consumption of the athletes examined, it was found that the majority (60.0% of women; 66.7% of men) consumed 3-4 meals a day. While the majority of the athletes reported that they skipped meals, breakfast was the most skipped meal. The main reason for skipping meals was the lack of time in 73.3% of female athletes and 66.7% of the male athletes. Other reasons for skipping meals are loss of appetite in women (13.3%) and forget eating in men (16.7%).

Table 2. Demographic Variables of Athletes

Gender	Demographic variables	Minimum	Maximum	Mean±SD
Female (41.7%)	Weight (kg)	44.4	96.2	60.91±12.19
	Height (cm)	157	180	167.83±5.92
	BMI (kg/m ²)	16.7	32.6	21.59±3.91
	Waist Circumference (cm)	62	105	72.7±10.83
	Hip Circumference (cm)	86	120	97.9±8.30
	Lean Body Mass (kg)	39.3	57.2	46.9±4.94
	Body Fat Percentage (%)	6.2	41.8	21.4±8.39
Male (58.3%)	Weight (kg)	55.8	119.6	79.78±13.34
	Height (cm)	170	198	182.57±6.67
	BMI (kg/m ²)	17.6	31.8	23.9±3.6
	Waist Circumference (cm)	67	104	83.46±8.41
	Hip Circumference (cm)	84	119	101.47±7.59
	Lean Body Mass (kg)	54	108.7	71.90±9.92
	Body Fat Percentage (%)	4.5	20.9	8.86±4.87

When the athletes' preferences were questioned, it was determined that they preferred snacks such as cakes, biscuits, chocolate and chips. Table 3 shows the nutritional habits of male and female athletes.

Table 3. Nutritional Habits of Athletes

		Female n (%)	Male n (%)	p
Meal frequency per day	1-2	6 (20)	7 (19)	0.75
	3-4	18 (60)	28 (66.7)	
	5 or more	6 (20)	6 (14.3)	
Skipping meal	Yes	22 (73.3)	30 (71.4)	0.48
	No	8 (26.6)	12 (28.6)	
Most common skipping meal	Breakfast	11 (36.7)	23 (54.8)	0.05
	Lunch	4 (13.3)	4 (9.5)	
	Mid-afternoon	4 (13.3)	9 (21.4)	
	Dinner	4 (13.3)	1 (2.4)	
	Night	7 (23.3)	5 (11.9)	
Reason for skipping meal	Lack of time	22 (73.3)	28 (66.7)	0.51
	Losing weight	2 (6.7)	1 (2.4)	
	Forgetting	2 (6.7)	7 (16.7)	
	Loss of appetite	4 (13.3)	6 (14.3)	
Most common snacks	Cake, biscuit, chocolate, chips	16 (53.3)	19 (45.2)	0.41
	Fruit, dried fruit	11 (36.7)	11 (26.2)	
	Milk, yogurt, ayran	2 (6.7)	5 (11.9)	
	Nuts	1 (3.3)	3 (7.1)	
	Sports products	0 (0)	4 (9.5)	
Total		30 (100)	42 (100)	

n: number of participants. Values are expressed as the number and percentage

p: Chi-Square test for between-sex comparison

Athletes were evaluated according to aerobic and anaerobic physical fitness parameters and the effect of meal consumption on these parameters was examined (Shown in Table 4). The athletes were grouped according to their consumption as 1-2 meals, 3-4 meals and 5 and more. The athletes who consumed 5 or more meals showed higher performance in twenty meter speed and slalom tests compared to other groups. Kruskal Wallis test was used to compare physical fitness parameters between groups and there was no statistically significant difference between standing long jump, vertical jump, slalom, twenty-meter speed, twelve-meter running, shuttle, push-up, CKCUET, right-handgrip and left-handgrip tests ($p > 0.05$).

Although not statistically significant it was observed that the group that consumed 5 or more meals covered more distance in standing long jump and vertical jump tests. It was found that the group consuming 1-2 meals was better in the shuttle test and the group consuming 3-4 meals was better in push-ups and CKCUET tests. When the grip strengths of the left and right hand were examined, it was shown that the performance of the group consuming 5 or more meals was better.

Table 4. Meal Consumption Frequency on Physical Fitness Parameters in Athletes

	Meal Consumption Frequency	Mean±SD	p
Standing long jump test	1-2	175.42±42.05	0.63
	3-4	185.13±45.41	
	5 and more	191.42±33.63	
Vertical jump test	1-2	226.63±66.19	0.76
	3-4	239.86±51.03	
	5 and more	249.97±77.25	
Slalom test	1-2	15.76±2.07	0.79
	3-4	15.71±1.86	
	5 and more	15.27±1.88	
Twenty-meter sprint test	1-2	3.87±0.62	0.12
	3-4	3.86±0.63	
	5 and more	3.78±0.39	
12 minute run test (VO _{2max})	1-2	27.92±6.81	0.75
	3-4	29.21±6.97	
	5 and more	29.12±6.36	
Shuttle test	1-2	22.57±7.11	0.51
	3-4	24.50±8.18	
	5 and more	24.08±8.92	
Push-up test	1-2	29.64±10.11	0.71
	3-4	27.97±13.56	
	5 and more	27.50±16.32	
CKCUET test	1-2	20.35±5	1.06
	3-4	20.97±4.77	
	5 and more	20.41±4.29	
Handgrip Strength Test (Right)	1-2	28.07±9.93	0.31
	3-4	27.69±11.49	
	5 and more	33.75±14.03	
Handgrip Strength Test (Left)	1-2	29.21±9.95	0.40
	3-4	26.95±10.09	
	5 and more	33.33±15.08	

SD: standard deviation. Values are expressed as the **Mean±SD**. *Kruskal Wallis test for between-group comparison

When asked how the nutritional information levels of the athletes participating in the study were questioned, 47.2% found it sufficient and 52.8% found it insufficient. The ways that athletes obtain nutritional information were trainers (48.6%), media (26.4), friends (15.3%) and dietitians (9.7%), respectively.

DISCUSSION and CONCLUSION

Sports nutrition is one of the major component of sustainable energy, optimal body composition, improving physical fitness and maintaining good health status in athletes. It may be necessary to increase the frequency of meals to meet the increasing energy needs of athletes, especially during training intensively or competition period (American College of Sports Medicine et al., 2000; Gülgün and Hasbay, 2008). In this study, the effect of meal consumption on physical fitness parameters in athletes was investigated.

When the consumption of athletes was examined, it was found that the majority of the participants (60.0% in women; 66.7% in men) consumed 3-4 meals a day. It was found that the athletes skipped meals and the most skipped meal was breakfast. The main reason for skipping meals is the lack of time, followed by loss of appetite in women (13.3%) and forgetting to eat in men (16.7%). In a study conducted with American football players, the nutrition recommendations given to athletes was investigated. It was found that 82% of athletes consumed at least three meals and 48% had regular meals (every 3-5 hours) (Gacek, 2015). The study conducted with 115 volunteers who regularly do fitness and bodybuilding, it was found that the participants did not skip their main meals, 81.2% had breakfast, 92.2% had lunch and 97.4% had

dinner (Dinc et al., 2017). In a study of university students, it was found that the most skipped meal was lunch in boys and girls. When the number of meals was questioned, it was found that the majority of the boys consumed three meals and the majority of the girls consumed two meals (Ozdemir and Ozdilek, 2010). When amateur and professional footballers were questioned, it was determined that 91.7% of amateur footballers consume 3-4 meals per day, 86.7% of professional footballers consume 3-4 meals per day (Goral et al., 2010). It can be said that the players participating in the study have insufficient information on this subject since the athletes in such branches with high energy consumption should consume 5 or more meals to meet their energy requirements.

Ozdemir (2010) studied with elite basketball players, he found that athletes do not have sufficient nutritional knowledge. In this study, while 47.2% of the athletes find their nutritional knowledge sufficient, 52.8% of the athletes find it insufficient. The way of getting nutritional information was coaches (48.6%), media (26.4), friends (15.3%) and dietitians (9.7%), respectively.

In our study, athletes who consumed 5 or more meals were found to be more successful in physical fitness tests such as slalom, 20-meter sprint test, standing long jump, vertical jump, right-handgrip strength and left-handgrip strength test, but no significant relationship was found. Ferro et al. (2017) conducted a two-month nutrition program for athletes in the pre-competition period. The mean frequency of meals in the second month was slightly higher than the first month. The maximum speed of the 20-meter sprint test of the participants increased from 4.77 ± 0.31 m / s in the first month to 5.19 ± 0.23 m / s in the second month. The total duration of the 20 m sprint test was significantly higher in the first month than in the second month (Ferro et al., 2017). In our study, the lowest 20-meter sprint test duration was found in the group that consumed 5 or more meals (3.78 ± 0.39), the longest 20 meter sprint test duration was found in the group that consumed 1-2 meals (3.87 ± 0.62).

In a study investigating the effect of meal frequency on parameters such as fasting, body mass index, body composition, physical performance, it was found that meal frequency helped to activate fat loss, increase lean body mass and anaerobic power. However, it was reported that the effect of frequent meal consumption on performance in individuals doing exercise regularly compared to sedentary individuals may be due to improving body composition, stimulating anabolic activities of exercise and disintegrating the food taken in the body (La Bounty et al., 2011). In our study, anaerobic power tests were found to be better in those who consumed 5 or more meals compared to other groups.

Sports nutrition in all terms such as meal frequency, timing, amounts of macro/ micronutrients and fluid, is one of the main factors associated with the physical fitness parameters of athletes. In our study; it was found that many physical fitness test results were better in the group that the frequency of meal consumption was higher (5 meals per day or more). In a study, twelve healthy male athletes had a 33% calorie restriction compared to their normal diet. As a result of calorie restriction, athletes' body weight, body fat tissue, lean body tissue, body, arm, and leg weights significantly decreased. Also, athletes' performance and energy efficiency increased. However, it has been shown that calorie restriction reduces daily micronutrient intake and therefore it may cause vitamin & mineral deficiency (Pons et al., 2018). Lack of vitamins and minerals which found in co-enzymes and cofactors in many vital metabolic pathways such as energy production may decrease the performance of the athlete and increase the risk of disability (Gülgün and Hasbay, 2008).

The timing of the energy intake and macronutrients contributes recovery and tissue repair, increases muscle protein synthesis and can improve moods after high volume or intense workouts. Prolonged (>60 min.) and high intensity (>70% VO₂max) exercises stimulate energy and fluid requirement in the body. Increasing the frequency of meal consumption may affect hunger appetite and satiety positively. There are studies showing the beneficial effects of meal frequency according to exercise program on weight loss / body composition, better physical fitness, muscle recovery, especially in athletes (Tarnopolsky et al., 2005; Kerksick et al., 2008; White et al., 2008).

Each athlete needs different diet programs related to factors such as gender, age, sports branches or duration of training. Athletes with a good nutritional knowledge are successful to follow adequate and balanced diet before, during and after the competition. Well-nourished athletes may have better physical fitness, concentration ability and ideal body composition, compared to malnourished athletes. Also, these athletes might have lower rate of illness, injury and shorter recovery time.

As a conclusion, a well-nourished athlete will have higher physical fitness and concentration ability and maximum efficiency of the training. So sport nutrition is an issue that examines “exercise-nutrition” interaction in the field of nutrition science and the importance of sports nutrition is increasing with the recent studies. Taking into consideration all the points, educating of athletes on sports nutrition and following athletes with an appropriate personal diet program can be effective in improving physical fitness parameters and efficiency of the training.

REFERENCES

- American College of Sports Medicine, American Dietetic Association, and Dietitians of Canada. (2000). American College of Sports Medicine & American Dietetic Association joint position statement: nutrition and athletic performance. *Medicine and Science in Sports and Exercise*. 32(12), 2130.
- Bayraktar, B., Kurtođlu, M. (2009). Performance in sports, effective factors, evaluation and increase. *Clinical development*. 22(1), 16-24.
- Canbolat, E., akirođlu F. P. (2016). Vücut geliştirme ve fitness salonlarında alışan antrenörlerin beslenme bilgi düzeylerinin saptanması. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 11(2), 83-91.
- Din, N., Gökmen, M. H. and Ergin, E. (2017). Examination of nutrition habits of individuals exercising regularly. *National Journal of Sport Sciences*. 1(1), 43-53.
- Din, N., Gökmen, M. H. and Ergin, E. (2017). Investigating the dietary habits of the individuals who regularly exercise. *National Journal of Sport Sciences*. 1(1), 43-53.
- Ersoy, G. (2014). *Importance of hydration of liquid support for active people and athletes*. 7punto Design Printing.
- Ferro, A., Garrido, G., Villaceros, J., Pérez, J., and Grams, L. (2017). Nutritional habits and performance in male elite wheelchair basketball players during a precompetitive period. *Adapted Physical Activity Quarterly*. 34(3), 295-310.
- Gacek, M. (2015). Association between self-efficacy and dietary behaviours of American football players in the Polish Clubs in the light of dietary recommendations for athletes. *Roczniki Państwowe Zakładu Higieny*. 66(4).
- Göral, K., Saygın, Ö., and Karacabey, K. (2010). Amateur and professional football player to investigate the level of nutritional knowledge. *International Journal of Human Sciences*. 7(1).
- Gülgün, E. and Hasbay, A. (2008). Sports nutrition. Turkish Republic Ministry of Health. Available from: <https://sbu.saglik.gov.tr/Ekutuphane/kitaplar/A%203.pdf>
- Güzel Atalay, N., and Kafa, N. (2017). *Sports Health*. Evaluation in sport-physical fitness assessment methods. Ankara: Hipokrat Kitabevi. 56-64.
- Karacabey, K. (2013). Sport performance and agility tests. *Journal of Human Sciences*. 10(1), 1693-1704.
- Kerksick, C., Harvey, T., Stout, J., Campbell, B., Wilborn, C., Kreider, R., et al. (2008). International Society of Sports Nutrition position stand: nutrient timing. *Journal of the International Society of Sports Nutrition*. 5(1), 17.
- Kessinger, T. K. (2018). Nutritional recovery considerations for intermittent exercise and sport. *Strategies*. 31(6), 26-33.
- Kondrić, M., Uljević, O., Gabrilo, G., Kontić, D., & Sekulić, D. (2012). General anthropometric and specific physical fitness profile of high-level junior water polo players. *Journal of humankinetics*. 32, 157-165.
- La Bounty, P. M, Campbell, B.I., Wilson, J., Galvan, E., Berardi, J., Kleiner, S.M. et al. (2011). International society of sports nutrition position stand: meal frequency. *Journal of the International Society of Sports Nutrition*. 8(1), 4.
- Narin, S., Demirbükten, İ., Özyürek, S., Eraslan, U. (2009). Relationship of the grip and pinch strength of the dominant hand with anthropometric measurements of forearm. *DEU the Journal Of Medical Faculty*. 23(2), 81-85.
- Nilsson, J. and Cardinale, D. (2015). Aerobic and anaerobic test performance among elite male football players in different team positions. *LASE Journal of Sport Science*. 6(2), 73-92.
- Nutrition Guide to Turkey (TUBER). (2015). Turkish Republic Ministry of Health. Publication no:1031. Ankara, Turkey.

- Özdemir, G. (2010). Nutrition according to sports branch. *Spormetre Journal of Physical Education and Sports Sciences*. 8(1), 1-6.
- Özdemir, G. and Özdilek, Ç. (2010). Nutrition habits of the students who do active sports at kutahya dumlupinar university physical education and sports college. *Dumlupınar University Journal of Social Sciences*: 26.
- Parlak, N. (2008). *Investigation of the knowledge and habits of athletes between the ages of 15 and 18 engaged in active sports in Konya*. Selçuk University Health Sciences Institute. PhD Thesis. Konya, Turkey.
- Pons, V., Riera, J., Capó, X., Martorell, M., Sureda, A., Tur, J. A. et al. (2018). Calorie restriction regime enhances physical performance of trained athletes. *Journal of the International Society of Sports Nutrition*. 15(1), 12.
- Roush, J., Kitamura, J. and Waits, M. C. (2007). Reference values for the closed kinetic chain upper extremity stability test (ckcuest) for collegiate baseball players. *North American Journal Of Sports Physical Therapy*. 2(3), 159-163.
- Sarper Kahveci, M., Hergüner, G., and Albayrak, C. (2016). Determining whether the symptoms of female athletic triad in badminton female league athlete and national team exist and the knowledge levels of them on female athletic triad. *Journal of Human Sciences*. 13(2), 3643-3653.
- Sattler, T., Hadžic, V., Dervišević, E., Markovic, G. (2015). Vertical jump performance of professional male and female volleyball players: Effects of playing position and competition level. *The Journal of Strength & Conditioning Research*. 29(6), 1486-1493.
- Tarnopolsky, M. A., Gibala, M., Jeukendrup, A. E. and Phillips, S. M. (2005). Nutritional needs of elite endurance athletes. Part I: Carbohydrate and fluid requirements. *European Journal of Sport Science*. 5(1), 3-14.
- White, J. P., Wilson, J. M., Austin, K. G., Greer, B. K., St John, N., and Panton, L. B. (2008). Effect of carbohydrate-protein supplement timing on acute exercise-induced muscle damage. *Journal of the International Society of Sports Nutrition*. 5(1), 5.
- Yarar, H., Gökdemir, K., Eroğlu, H., and Özdemir, G. (2011). Evaluation of knowledge for diet and dietary habits of elite athletes. *Selçuk University Journal of Physical Education And Sport Science*. 13(3), 368-371.



ISSN: 2636-848X


DOI: 10.46385/tsbd.773086


**Türk Spor Bilimleri
Dergisi**
Türk Spor Bil Derg

Cilt 3, Sayı 2
Ekim 2020, 70-80

**The Journal of Turkish
Sport Sciences**
J Turk Sport Sci

Volume 3, Issue 2
October 2020, 70-80

 Öznur KARA¹

 İbrahim YILDIRAN²

¹ Düzce Üniversitesi
Spor Bilimleri Fakültesi

² Gazi Üniversitesi
Spor Bilimleri Fakültesi

Sorumlu Yazar/Corresponding Author:

Ö. Kara

e-mail: kara.oznur92@gmail.com

Geliş Tarihi: 24.07.2020

Kabul Tarihi: 21.10.2020

ORJİNAL ARAŞTIRMA
ORIGINAL RESEARCH

Lise Öğrencilerinin Serbest Zaman Egzersize Katılım Düzeyleri ile Akademik Erteleme Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Özet

Araştırmanın amacı lise öğrencilerinin serbest zaman egzersize katılım düzeyleri ile akademik erteleme düzeyleri arasındaki ilişkiyi ve serbest zaman egzersize katılım düzeylerinin ve akademik erteleme düzeylerinin cinsiyet, lisanslı spor yapma, okul türü, sınıf düzeyi, aile gelir durumu, anne-baba eğitim durumu değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemektir. Tarama modeli kullanılarak yürütülen bu araştırmanın evrenini Karabük İli Merkez İlçesinde bulunan 14 ortaöğretim kurumunda 2016-2017 eğitim-öğretim yılında öğrenimine devam eden 6683 öğrenci; örneklemini ise Karabük il merkezinde bulunan beş farklı okulda 9, 10, 11 ve 12. sınıflarda öğrenimine devam eden 574 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu, Çakıcı (2003) tarafından geliştirilen Akademik Erteleme Ölçeği ve Godin ve Shephard (1985) tarafından geliştirilen, Yerlisu Lapa, Certel, Kaplan ve Yağar (2016) tarafından Türkçeye uyarlanmış olan Serbest Zaman Egzersiz Anketi kullanılmıştır. Veriler SPSS 16.0 programı kullanılarak analiz edilmiş ve frekans, yüzde, ortalama hesaplamaları, Mann-Whitney U, Kruskal-Wallis, Spearman Korelasyon Analizi testi kullanılmıştır. Elde edilen bulgular akademik erteleme düzeyinin cinsiyet ve okul türüne göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını; sınıf düzeyi, lisanslı spor yapma, aile gelir durumu, anne-baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir. Serbest zaman egzersize katılım düzeyine ait bulgularda ise cinsiyet, lisanslı spor yapma, okul türü ve sınıf düzeyi değişkenlerine göre anlamlı bir farklılığa rastlanmıştır. Araştırmanın sonucunda serbest zaman egzersize katılım düzeyi ile akademik erteleme düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Sonuçta, öğrencilerin serbest zamanlarını egzersiz yaparak değerlendirmelerinin akademik görev ve sorumluluklarını yerine getirmelerinde olumsuz yönde bir etkiye sahip olmadığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Serbest zaman egzersizi, akademik erteleme, lise öğrencileri

Investigation of The Relationship Between Leisure Time Exercise Participation and Academic Procrastination of High School Students

Abstract

The aim of the study is to determine the relationship between high school students' participation in leisure time exercise and academic procrastination, and whether their level of participation in leisure time exercise and academic procrastination differ according to gender, being athlete, school type, class level, family income, parents' educational status. The population of this research conducted using the survey model is 6683 students who continue their education in 14 high school in the Central District of Karabük Province in the 2016-2017 academic year; the sample consists of 574 students attending the 9th, 10th, 11th and 12th grades in five different schools in the city center of Karabük. Personal Information Form, Leisure Time Exercise Questionnaire which has been developed by Godin and Shephard (1985) and adopted in Turkish by Yerlisu Lapa, Certel, Kaplan ve Yağar (2016) and Academic Procrastination Scale which has been developed by Çakıcı (2003) was used as data collection tools. The data were analyzed using SPSS 16.0 program and frequency, percentage, mean calculations, Mann-Whitney U, Kruskal-Wallis, Spearman Correlation Analysis test were used. The findings obtained show that academic procrastination level significantly differentiates according to gender and school type; It shows that there is no significant difference in terms of class level, being athlete, family income, parents' education level. While a significant difference was found in the findings regarding the level of participation in leisure time exercise according to the variables of gender, licensed sports, school type and grade level, no significant difference was found according to the variables of family income level and parental education level. As a result of the study, no significant relationship was found between the level of leisure time exercise participation and academic procrastination. As a result, it can be said that students' spending their free time doing exercise does not affect their academic duties and responsibilities negatively.

Keywords: Leisure time, exercise, academic procrastination, high school student

Atf için; Kara, Ö. ve Yıldırım, İ. (2020) Lise öğrencilerinin serbest zaman egzersize katılım düzeyleri ile akademik erteleme düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 70-80.

GİRİŞ

Zaman en basit şekli ile saatler, günler ve haftalar olarak tanımlanmaktadır (Karaküçük ve Gürbüz, 2007). Kullanım şekillerine göre farklı şekillerde sınıflandırılan zaman kavramında (Gökmen, 1985; akt. Karaküçük, 2005) sınıflandırmalardan biri olan serbest zaman kavramı, bağımsız bir zaman aralığının var olan seçeneklerden biri ile herhangi bir şekilde harcanabilmesi şeklinde tanımlanmaktadır (Poser, 2011). Serbest zaman, yaşamın yemek, içmek, barınmak gibi zorunlu gereksinimlerinin dışında kalan; bireyin kendisini özgür olarak tanımladığı; kendisini ve toplumsal gerçekliği eleştirel bir bakışla sorgulayabildiği zamandır (Cizmeci, 2015). Farklı şekillerde sınıflandırılan serbest zaman aktivitelerinde, serbest zamanı değerlendirme şekillerinden biri de egzersiz yapmaktır (Başkan, 2016; Karaküçük, 2005). Egzersizin fizyolojik faydalarının yanı sıra (Ergen, 2011; Sevim, 2010; Demir ve Filiz, 2004) psikolojik olarak da organizmaya sağladığı faydaları ortaya çıkaran araştırmalar yapılmıştır (Esen, 2016; Alpaslan, 2012; Aylaz, Güllü ve Güneş, 2011; Tekin, Amman ve Tekin, 2009; Zorba, 2001). Çalışmanın iki ana kavramından biri olan ve psikolojik bir durum olarak da değerlendirilen erteleme davranışı ise yaygın olarak görülen, eylem, niyetsizlik, alışkanlık ya da bir özellik olarak yaptığımız, bir gerekçesi olmadığı halde öznel olarak rahatsızlık duyana kadar görevleri geciktirme davranışıdır (Steel, Brothen ve Wambach, 2001; Solomon ve Rothblum, 1984). Erteleme davranışı farklı alanlarda karşımıza çıkmaktadır. Bu alanlardan biri olan akademik erteleme, çoğunlukla veya her zaman akademik görevleri geciktirmek ve çoğunlukla veya her zaman bu geciktirme ile ilgili kaygı yaşamaktır (Rothblum, Solomon ve Murakami, 1986).

Kişinin zaman yönetimindeki eksikliği, başarısızlık korkusu, mükemmeliyetçilik duygusu, benlik saygısı ve öz yeterlilik inancı, okul başarısıyla alakalı doyum düzeyi, öğrenme stratejisi, motivasyonu, kaygı ve gerçekçi olmayan beklentileri ile kişilik özellikleri erteleme eğilimine yol açan nedenler arasındadır (Kandemir, 2010).

Literatüre bakıldığında akademik ertelemenin mükemmeliyetçilik (Kandemir, 2010; Sarıoğlu, 2011), benlik saygısı (Duru ve Balkıs, 2014; Aydoğan ve Özbay, 2012) ve motivasyon (Akbay, 2009; Akbaba, 2006) ile ilişkili olduğunu ortaya çıkaran çalışmalara rastlanmıştır.

Sonuçları açısından ele alındığında, kronik hale gelmiş akademik ertelemenin kötü performansa, öğrenmede düşüşe, fırsatları kaçırmaya, sağlık riskini arttırmaya ve insan ilişkilerinde gerginlik yaşamaya yol açtığı söylenebilir (Robin, Fogel ve Upham, 2011). Tüm bunlara ek olarak akademik erteleme, öğrencilerin akademik başarılarında düşüşe sebep olmaktadır (Demir ve Kutlu, 2017; Çakıcı, 2003).

Okul dönemlerinde öğrenciler ve aileleri arasında yaygın olarak sahip olunan spor ve egzersiz yapmanın akademik başarıyı olumsuz yönde etkileyeceği düşüncesi öğrencilerin serbest zamanlarını egzersiz yaparak değerlendirmelerinin önüne geçebilmektedir. Oysaki spor ve egzersiz yapmanın akademik başarıyı olumsuz yönde etkilemediği yapılan araştırmalar ile ortaya konmuştur (Erdoğan Yüce, 2016; Kaplan, 2016). Yapılan araştırmalar arasında spor yapan öğrencilerin akademik başarılarının daha yüksek olduğu sonucuna varanlar da literatürde yer almaktadır (Bar, 2016; Bilgin, 2017).

Akademik erteleme eğilimi gösteren öğrenciler akademik görev ve sorumluluklarını yeterli zamana sahip olmalarına rağmen kendilerine verilen süre içerisinde yerine getirmemektedirler. Bu bir zaman yönetimi veya disiplin problemi olarak düşünülebilir. Serbest zamanını fiziksel aktivite yaparak değerlendirmeyi, fiziksel aktivite yapmaya zaman ayırmayı insanların zihinsel olarak planlamaları fakat bu fikri eyleme dönüştürmede ya da bu eylemin sürekliliğini sağlamakta başarısız olmaları da bir zaman yönetimi veya disiplin problemi olarak düşünülebilir. Tüm bunlar dikkate alındığında bu çalışma, egzersiz yapmayı hayatlarına dâhil edebilmiş, bilinçli ve istekli bir şekilde egzersize zaman ayıran lise öğrencilerinin sosyal yaşantılarında edindikleri bu alışkanlığı akademik erteleme durumlarına ne derecede yansıtılabildiklerini ortaya koyabilmek açısından önemlidir.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı lise öğrencilerinin serbest zaman egzersize katılım düzeyleri ile akademik erteleme düzeyleri arasındaki ilişkiyi ve serbest zaman egzersize katılım düzeylerinin ve akademik erteleme düzeylerinin cinsiyet, lisanslı spor yapma, okul türü, sınıf düzeyi, aile gelir durumu, anne-baba eğitim durumu değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemektir.

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın yöntemi ele alınmıştır. Araştırmada kullanılan model, evren ve örneklem, verilerin toplanması ve kullanılan istatistiksel teknikler açıklanmıştır.

Araştırmanın Modeli

Araştırma tarama modeli kullanılarak yapılmıştır. Tarama modelleri, var olan durumu ortaya çıkarmaya yönelik olarak yapılan ve araştırmacının olayı değiştirecek müdahalelerde bulunmadan, gözlemci konumunda bulunarak olay, birey ya da nesneyi var olan şekli ile ortaya çıkardığı araştırma yaklaşımıdır (Karasar, 2016).

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini Karabük İli Merkez İlçesinde bulunan 14 ortaöğretim kurumunda öğrenimine devam eden 6683 öğrenci oluşturmaktadır. Rastgele örneklem seçiminde örneklem sayısının belirlenmesi için kullanılan formül ile hazırlanmış tabloda belirtilen, evren sayısının 6000 olduğu durumlarda 361, evren sayısının 7000 olduğu durumlarda 364 örneklem ifadesine dayanarak araştırmanın örnekleminin minimum 361 ile 364 arasında olması gerekmektedir (Krejcie ve Morgan, 1970). Araştırmanın örneklemini, araştırmanın evreni içerisindeki beş ortaöğretim kurumunda 2016-2017 eğitim-öğretim yılında öğrenimine devam eden tesadüfi örneklem belirleme yöntemi uygulanarak seçilmiş 574 öğrenci oluşturmaktadır. Bu kapsamda bir Fen Lisesi, bir Anadolu İmam Hatip Lisesi, bir Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi ve iki Anadolu Lisesi olmak üzere toplam beş okuldan 750 öğrenciye veri toplama araçları uygulanmıştır. Yanlış veya eksik doldurmaktan kaynaklı oluşan hatalardan dolayı 176 anket araştırmanın dışında tutulmuş ve toplamda 574 anket veri analizi için değerlendirilmeye alınmıştır.

Tablo 1. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Demografik Özellikleri

Değişkenler	Frekans	Yüzde (%)
Cinsiyet		
Kadın	254	44,3
Erkek	320	55,7
Okul Türü		
Anadolu Lisesi	213	37,1
Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi	119	20,7
Anadolu İmam Hatip Lisesi	116	20,2
Fen Lisesi	126	22,0
Sınıf Düzeyi		
9	174	30,3
10	143	24,9
11	148	25,8
12	109	19,0
Aile Gelir Durumu		
0-1500 TL	98	17,1
1501-2500 TL	148	25,8
2501-3500 TL	180	31,4
3501 TL ve üzeri	148	25,8
Lisanslı Spor Yapma		
Evet	158	27,5
Hayır	416	72,5
Toplam	574	100,0

Veri Toplama Araçları

Araştırmada Kişisel Bilgi Formu, Akademik Erteleme Ölçeği (AEÖ) ve Serbest Zaman Egzersiz Anketi (SZE) kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Kişisel bilgi formunda cinsiyet, lisanslı spor yapıp yapmama, sınıf düzeyi, okul türü, aile gelir durumu, anne eğitim düzeyi ve baba eğitim düzeyini belirlemeye yönelik sorular yer almaktadır.

Akademik Erteleme Ölçeği (AEÖ)

Akademik Erteleme Ölçeği (AEÖ), Çakıcı (2003) tarafından geliştirilen ve geçerlik-güvenirlik çalışması yine Çakıcı (2003) tarafından yapılmış olan öğrencilerin akademik erteleme düzeylerini belirlemeyi amaçlayan bir ölçektir. Ölçeğin Cronbach alpha güvenirlik katsayısı .92 olarak bulunmuştur. Spearman Brown iki yarım test güvenirliği .85 olarak bulunan ölçeğin test-tekrar test güvenirlik katsayısı .89'dur. Ölçeğin bu çalışma için Cronbach alpha değeri .81 olarak bulunmuştur. Ölçek, öğrencilerin akademik sorumlulukları ile ilgili ifadeler içeren 19 maddeden oluşmaktadır. Bu maddelerden 7 tanesi olumlu, 12 tanesi ise olumsuz ifade içermektedir. Her bir madde "Beni hiç yansıtmıyor" ifadesi ile "Beni tamamen yansıtıyor" ifadesi arasında yer alacak şekilde beş basamaklı likert tipinde derecelendirilmiştir. "Beni hiç yansıtmıyor" ifadesi 1, "Beni tamamen yansıtıyor" ifadesi 5 ile puanlandırılmıştır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 19, en yüksek puan 95'tir. Ölçekten alınan puanın fazla olması öğrencinin akademik erteleme eğilimi gösteriyor olduğu şeklinde yorumlanmaktadır (Çakıcı, 2003).

Serbest Zaman Egzersiz Anketi (SZE)

Öğrencilerin serbest zamanlarında egzersize katılma düzeylerini belirlemek amacıyla Godin ve Shephard (1985) tarafından geliştirilmiş, Yerlisu Lapa, Certel, Kaplan ve Yağar (2016) tarafından adolesan bireylerde Türkçe geçerlik-güvenirlik çalışması yapılmış olan "Serbest Zaman Egzersiz Anketi (SZE)" kullanılmıştır. Anketin güvenirliği için test-tekrar test ile Spearman korelasyon katsayısı hesaplanmış ve .94 olarak bulunmuştur. Anket, öğrencilerin son 7 günde en az 15 dk. boyunca serbest zamanlarında yaptıkları fiziksel aktiviteyi ölçmeye yönelik sorular içermektedir. Anket bireylerin, zorlayıcı şiddette fiziksel aktivitelere, orta şiddette fiziksel aktivitelere ve hafif şiddette fiziksel aktivitelere haftada kaç kez katıldığını belirlemeyi hedeflemektedir. Anketin hesaplaması için; zorlayıcı şiddette aktiviteler 9, orta şiddetli aktiviteler 5 ve hafif şiddette aktiviteler 3 skor ile çarpılarak toplanmaktadır. Hesaplamanın sonunda 24 ve üzeri puan alan bireyler aktif, 14 ile 23 arası puan alan bireyler orta düzeyde aktif, 13 ve altında puan alan bireyler ise yeteri kadar aktif değil şeklinde sınıflandırılır (Yağar, 2016).

Verilerin Analizi

Araştırmada frekans, ortalama hesaplamaları yapılmıştır. İkili karşılaştırmalarda farklılığın arandığı durumlarda, veriler normal dağılım göstermediği gerekçesi ile Mann-Whitney U testinden yararlanılmıştır.

Grup sayısının ikiden fazla olduğu değişkenler için farklılığın sınıandığı durumlarda, normal dağılım göstermeyen veriler için Kruskal-Wallis testi kullanılmıştır. Yine aynı gruplar için fark çıkan durumlarda, farklılığın hangi grup ya da gruplardan kaynaklandığını belirlemek amacıyla, normal dağılım göstermeyen veriler için Tamhane's T2 testi kullanılmıştır.

Son olarak, öğrencilerin akademik erteleme düzeyleri ile serbest zaman egzersize katılım düzeyleri arasındaki ilişkiyi test etmek amacıyla, verilerin normal dağılım göstermediği gerekçesiyle Spearman Korelasyon Analizi'nden yararlanılmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde araştırma sonuçlarından elde edilen cinsiyet, lisanslı spor yapma, okul türü, sınıf düzeyi, anne-baba eğitim durumu değişkenlerine ve akademik erteleme ile serbest zaman egzersize katılım arasındaki ilişkiye ait bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 2. Cinsiyet Değişkenine Ait Bulgular

	Cinsiyet	n	Sıra Ortalamaları	Sıralar Toplamı	z	p
Akademik Erteleme	Kız	254	259,68	65958,00	-3,584	,000*
	Erkek	320	309,58	99067,00		
Egzersiz Düzeyi	Kız	254	236,38	60041,50	-6,595	,000*
	Erkek	320	328,07	104983,50		

*p<0,05

Araştırmaya katılan öğrencilerin akademik erteleme düzeyleri ve serbest zaman egzersize katılım düzeyleri cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Buna göre kız öğrencilerin akademik erteleme düzeyleri erkek öğrencilere göre düşüktür. Bunun yanında erkek öğrencilerin serbest zamanda egzersiz yapma düzeyleri kız öğrencilerinkinden daha yüksektir.

Tablo 3. Lisanslı Spor Yapma Değişkenine Ait Bulgular

	Lisanslı Spor Yapma	n	Sıra Ortalamaları	Sıralar Toplamı	z	p
Akademik Erteleme	Evet	158	304,34	48086,50	-1,501	,133
	Hayır	416	281,10	116938,50		
Egzersiz Düzeyi	Evet	158	385,50	60909,00	-8,746	,000*
	Hayır	416	250,28	104116,00		

*p<0,05

Araştırmaya katılan öğrencilerin lisanslı olarak spor yapma durumlarına göre akademik erteleme düzeyleri anlamlı bir farklılık göstermez iken ($p>0,05$), serbest zaman egzersize katılım düzeyleri anlamlı bir farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Lisanslı olarak spor yapan öğrencilerin serbest zaman egzersiz düzeyleri lisanslı olarak spor yapmayan öğrencilerinkinden daha yüksektir.

Tablo 4. Okul Türü Değişkenine Ait Bulgular

	Okul Türü	n	Sıra Ortalamaları	Sd	χ^2	p	Anlamlı Fark
Akademik Erteleme	AL	213	315,04	3	15,395	,002*	AL-MTAL
	MTAL	119	245,77				
	AİHL	116	298,85				
	FL	126	269,89				
Egzersiz Düzeyi	AL	213	314,46	3	20,097	,000*	AL-MTAL
	MTAL	119	244,84				
	AİHL	116	312,92				
	FL	126	258,81				

*p<0,05

Not: AL = Anadolu Lisesi, MTAL = Merkezi ve Teknik Anadolu Lisesi, AİHL = Anadolu İmam Hatip Lisesi, FL= Fen Lisesi.

Öğrencilerin akademik erteleme düzeyleri ve serbest zaman egzersize katılım düzeyleri okul türüne göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Bu farklılık Anadolu Lisesi öğrencilerinin Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi öğrencilerinden daha fazla akademik erteleme davranışı sergiledikleri ve serbest zamanda daha fazla egzersiz yaptıkları yönündedir.

Tablo 5. Sınıf Düzeyi Değişkenine Ait Bulgular

	Sınıf Düzeyi	n	Sıra Ortalamaları	sd	X^2	p	Anlamı Fark
Akademik Erteleme	9	174	290,95				
	10	143	293,07	3	,848	,838	-
	11	148	276,93				
	12	109	289,04				
9	174	323,46					
Egzersiz Düzeyi	10	143	274,03	3	12,900	,005*	9-12
	11	148	279,78				
	12	109	258,24				

*p<0,05

Araştırmaya katılan öğrencilerin akademik erteleme düzeyleri sınıf düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermez iken ($p>0,05$), serbest zaman egzersize katılım düzeyleri anlamlı bir farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Buna göre dokuzuncu sınıf öğrencilerinin serbest zaman egzersize katılım düzeyleri on ikinci sınıfların serbest zaman egzersize katılım düzeylerinden daha yüksektir.

Tablo 6. Aile Gelir Düzeyi Değişkenine Ait Bulgular

	Aile Geliri	n	Sıra Ortalamaları	sd	X^2	p
Akademik Erteleme	0-1500	98	286,63			
	1501-2500	148	287,64	3	1,205	,752
	2501-3500	180	296,80			
	3501 ve üstü	148	276,64			
0-1500	98	272,86				
Egzersiz Düzeyi	1501-2500	148	296,98	3	1,867	,601
	2501-3500	180	294,08			
	3501 ve üstü	148	279,71			

Öğrencilerin akademik erteleme düzeyleri ve serbest zaman egzersize katılım düzeyleri aile gelir düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Tablo 7. Anne Eğitim Durumu Değişkenine Ait Bulgular

	Anne Eğitim Durumu	n	Sıra Ortalamaları	sd	X^2	p
Akademik Erteleme	İlkokul	250	292,56			
	Ortaokul	98	288,26	3	6,049	,109
	Lise	132	303,44			
	Üniversite	94	250,87			
İlkokul	250	280,01				
Egzersiz Düzeyi	Ortaokul	98	307,68	3	2,939	,401
	Lise	132	296,17			
	Üniversite	94	274,22			

Öğrencilerin akademik erteleme düzeyleri ve serbest zaman egzersize katılım düzeyleri anne eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Tablo 8. Baba Eğitim Durumu Değişkenine Ait Bulgular

	Baba Eğitim Durumu	n	Sıra Ortalamaları	sd	X^2	p
Akademik Erteleme	İlkokul	133	267,97			
	Ortaokul	105	278,83	3	5,325	,149
	Lise	166	310,41			
	Üniversite	170	285,77			
İlkokul	133	270,15				
Egzersiz Düzeyi	Ortaokul	105	313,02	3	4,805	,187
	Lise	166	278,07			
	Üniversite	170	294,51			

Öğrencilerin akademik erteleme düzeyleri ve serbest zaman egzersize katılım düzeyleri baba eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Tablo 9. Serbest Zaman Egzersize Katılım Düzeyi ile Akademik Erteleme Arasındaki İlişki

		Akademik Erteleme	Egzersiz Düzeyi
Akademik Erteleme	r	1,000	,078
	p		,061
	n	574	574
Egzersiz Düzeyi	r	,078	1,000
	p	,061	
	n	574	574

Araştırmaya katılan öğrencilerin serbest zaman egzersize katılım düzeyleri ile akademik erteleme düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki yoktur ($p>0,05$).

TARTIŞMA ve SONUÇ

Araştırmaya katılan öğrencilerin akademik erteleme puan ortalamaları $57,96 \pm 8,409$ 'dur. Bu sonuç araştırmaya katılan öğrencilerin akademik erteleme puanlarının orta düzeyin üzerinde olduğunu göstermektedir. Bunun yanı sıra, araştırmaya katılan öğrencilerin serbest zaman egzersize katılım düzeyleri puan ortalamaları $22,91 \pm 17,238$ olarak bulunmuştur. Bu sonuç araştırmaya katılan öğrencilerin serbest zamanlarında egzersize katılma düzeylerinin orta seviyede olduğunu göstermektedir.

Cinsiyet değişkeni açısından incelendiğinde kız öğrenciler erkek öğrencilere kıyasla daha az akademik erteleme davranışı göstermektedir. Literatürde bu sonucu destekleyen çalışmaların var olduğu görülmektedir (Çetin, 2016; Gürültü, 2016; Uzun, 2016). Bu durumun toplumsal yapının cinsiyetlere yüklediği sorumluluklardan kaynaklandığı düşünülmektedir. Daha geleneksel yapıda yetiştirilen kız çocukları, bu geleneksel yapının dışına çıkabilmek için eğitimi bir fırsat olarak görüyor olabilirler. Bunun yanında erkek öğrencilerin serbest zaman egzersiz düzeylerinin ise kız öğrencilerinkinden daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu sonuca benzer sonuçların yer aldığı çalışmalar literatürde mevcuttur (Gillison, Standage ve Skevington, 2006; Savcı, Öztürk, Arıkan, İnce ve Tokgözoğlu, 2006). Bu durumun erkek öğrencilerin egzersiz yapma ile ilgili motivasyon düzeylerinin daha yüksek olmasından ve serbest zamanı değerlendirilmede sporsal aktiviteleri daha çok tercih ediyor olmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Lisanslı spor yapma değişkenine göre akademik ertelemenin anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı, serbest zaman egzersize katılım düzeyinin ise anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir. Erdoğan Yüce (2016), lise öğrencilerinin akademik erteleme davranışlarına sporun etkisini araştırmış, lisanslı olarak spor yapan ve yapmayan öğrencilerin akademik erteleme düzeylerinin farklılaşmadığı sonucunu bulmuştur. Erdoğan Yüce (2016) bu sonuca dayanarak, sporun akademik erteleme davranış durumuna etki etmediğini söylemektedir. Bu sonuç, bizim bulgumuz ile paralellik göstermektedir. Serbest zaman egzersize katılım düzeyi açısından lisanslı spor yapma durumu ele alındığında, Rahimi Asiabi (2012), yapmış olduğu çalışmasında, çalışmamızın bulgusuna paralel olarak lisanslı olarak spor yapan kişilerin egzersiz düzeylerinin lisanslı spor yapmayanlara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bu durumun lisanslı olarak spor yapan öğrencilerin okul, ev işleri vb. zorunlu işlerinin dışında kalan zamanlarında, yaptıkları spor branşına yönelik olarak, haftanın belirli günleri antrenmanlara zaman ayırıyor olmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Okul türüne göre akademik erteleme davranışı ve serbest zamanda egzersize katılım düzeyinin farklılaştığı ve Anadolu Lisesi öğrencilerinin Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi'nde öğrenim gören öğrencilerden daha fazla akademik erteleme davranışı gösterdiği ayrıca diğer okul türlerine kıyasla serbest zamanda daha fazla egzersiz yaptığı görülmektedir. Yiğit ve Dilmaç (2011) ve Duman (2016) yapmış oldukları çalışmalarında bu çalışma ile benzer şekilde meslek lisesi öğrencilerinin daha az akademik erteleme davranışı sergilediklerini bulmuşlardır. Bu durumun Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesinde okuyan öğrencilerin uzmanlaşmak istedikleri alanı kendilerinin seçiyor olmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir. İleride yapmak istedikleri mesleğe yönelik olarak eğitim almak öğrencilerin öğrenmeye daha istekli olmasına ve

kendilerine verilen görev ve sorumlulukları yerine getirmekte daha titiz davranıyor olmalarına sebep oluyor olabilir. Anadolu Lisesi öğrencilerinin serbest zaman egzersiz düzeylerinin daha fazla olmasının ise okul iklimi ile açıklanabilir. Çalışmanın yapıldığı Anadolu Liseleri'nde spor yapmayı ve spora katılımı destekleyen bir okul ikliminin benimsendiği söylenebilir. Bu bulgu, bu durumun öğrencileri spora, fiziksel aktiviteye ve egzersize katılmaya teşvik etmiş olabileceği düşüncesiyle açıklanabilir.

Sınıf düzeyine göre akademik erteleme davranışının farklılaşmadığı, serbest zamanda egzersiz yapma düzeyinin ise farklılaştığı görülmektedir. Akademik erteleme ile ilgili olarak, araştırmamızla benzer sonuçlara ulaşılmış olan Yiğit ve Dilmaç (2011), ortaöğretim öğrencileri üzerinde yapmış oldukları çalışmalarında akademik erteleme düzeyinin dokuzuncu, onuncu ve on birinci sınıflar arasında farklılaşıp farklılaşmadığını test etmişler ve sınıf düzeyine göre akademik erteleme davranışının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Bir diğer çalışmada ise Kutlu ve Demir (2016), yaşları 14 ile 18 arasında değişen ve örgün eğitime devam eden 227 ergen üzerinde araştırma yapmış, akademik erteleme ve yaş değişkenini korelasyonel açıdan incelemiş ve yaş değişkeni ile akademik erteleme arasında anlamlı bir ilişkiye rastlamamışlardır. Diğer yandan serbest zaman egzersize katılım dikkate alındığında, serbest zaman egzersizine katılımda dokuzuncu sınıf öğrencileri on ikinci sınıf öğrencilerinden daha yüksek puanlara sahiptir. Literatürde bu sonucu desteklemeyen çalışmalar var olmasına karşın (Kaplan, 2016; Ünlü, 2010) bu durumun temel sebebinin ülkemizde uygulanan sınav sistemi olduğu söylenebilir. Özellikle son sınıf öğrencileri sınava hazırlanmak için okul ve zorunlu işleri dışında kalan zamanı ders çalışarak değerlendirmeyi tercih etmektedirler.

Aile gelir düzeyinin akademik erteleme ve serbest zamanda egzersize katılım düzeyi açısından anlamlı farklılık yaratan bir değişken olmadığı görülmektedir. Araştırmamızın ve benzer araştırmaların sonuçları (Demir, 2018; Can, 2018) ailelerin maddi durumlarının çocuklarının akademik görev ve sorumluluklarını erteleme düzeylerine bir etkisi olmadığını göstermektedir. Bu sonuçlara bakılarak çocukların sergiledikleri erteleme davranışlarında aile gelir düzeyine bakmaksızın bir benzerlik olduğu yorumu yapılabilir. Diğer yandan serbest zaman egzersize katılım düzeyinde aile gelir düzeyinin etkisinin olduğu yönünde sonuca ulaşan çalışmaların bu çalışmanın sonucu ile paralellik göstermediği görülmektedir (Haşıl Korkmaz ve Deniz, 2013; Dorak ve Özşaker, 2011; Kotan, Hergüner ve Yaman, 2009). Bu durum farkındalık ile açıklanabilir. Araştırma verilerinin toplandığı bölgenin sportif ve rekreasyonel faaliyetlere yönelik kullanım alanları bakımından zengin bir bölge olmasının ailelerin algısal farkındalığını arttırdığı düşünülmektedir. Genellikle, yüksek gelir düzeyine sahip ailelerin yaşadıkları bölgedeki çevresel imkânlar, düşük gelir düzeyine sahip ailelerin yaşadıkları çevresel imkânlardan daha fazladır. Araştırmamızın yapıldığı bölgede bulunan koşu ve yürüyüş parkurları, basketbol, voleybol ve futbol sahaları gibi herkes tarafından kullanıma açık olan egzersiz yapmaya müsait alanların olmasının, gelir düzeyindeki farklılıklara bakmaksızın, ailelerin algısal farkındalığına katkı sağladığı ve bu sebeple aile gelir durumunun serbest zaman egzersize katılım düzeyinde anlamlı bir farklılık yaratmadığı düşünülmektedir.

Anne ve baba eğitim düzeyinin ise akademik erteleme ve serbest zaman egzersizine katılım üzerinde yine anlamlı bir farklılık yaratmadığı görülmektedir. Bu sonuçlar akademik erteleme açısından literatür ile benzerlik gösterse de (Can, 2018; Gülep, 2017), serbest zaman egzersizi açısından farklılık göstermektedir (Nezhad, Rahmati ve Manochehri Nezhad, 2012; White ve Mcteer, 2012; Kotan vd., 2009). Bu çalışmada, anne-baba eğitim düzeyinin çocukların serbest zaman egzersize katılım düzeylerini anlamlı bir şekilde farklılaştırmamasının, araştırma grubunu lise öğrencilerinin oluşturuyor olmasından ve gençlik dönemindeki bireylerde aile etkisinin azalmaya başlaması, aile dışındaki çevrenin etkisinin artmaya başlamasından kaynaklanıyor olabileceği düşünülmektedir. Öğrencilerin içinde buldukları yaşın getirdiği bilişsel, duyuşsal, sosyal ve devinişsel gelişim düzeyleri sayesinde, aile imkânları ve anne-babanın etkisi dışında, egzersiz yapma veya egzersiz yapmaya fırsat yaratma ile ilgili karar verebilme, uygulayabilme becerilerinin gelişmiş olabileceğinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Araştırmamızın sonucunda literatürdeki benzer çalışmalarda olduğu gibi (Bilgin, 2017; Erdoğan Yüce, 2016; Kaplan, 2016) öğrencilerin akademik erteleme düzeyleri ile serbest zaman egzersize katılım düzeyleri

arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Bu sonuç, akademik erteleme davranışı ile serbest zaman egzersize katılım davranışı arasında bir ilişki olmadığını göstermektedir. Çalışmamızın çıkış noktası olan bu alt problemde, egzersizi düzenli olarak yapmada gösterilen kararlılık ve süreklilik gibi erteleme davranışının zıttı olan davranışların akademik alana yansıtılıp yansıtılmayacağı sınınmıştır. Serbest zaman egzersize katılım ve akademik erteleme arasında bir ilişkiye rastlanmamış olması bu varsayımı tam olarak karşılayamamış olsa da egzersiz, spor veya fiziksel aktivitenin akademik alanı olumsuz yönde etkilemediği sonucu, gençlerin akademik görev ve sorumlulukları bahane edilerek sporsal etkinliklerden uzaklaştırılmasının doğru bir düşünce olmadığını gösterir niteliktedir.

Bu sonuçlar ışığında, fiziksel aktivite ve egzersize katılmanın öğrencilerin akademik alanlarına yönelik olumsuz bir etkisinin olmadığına dair okullarda öğrenci ve velilere yönelik seminerler verilerek ilgililerin konu ile alakalı bakış açılarının genişletilmesi ve bu yolla öğrencilerin serbest zamanlarında egzersiz yapma düzeylerinin arttırılmaya çalışılması, araştırmanın daha fazla il ve hatta bölgeye uygulanması ile ülke çapında yapılarak kırsal-kentsel, büyük şehir-küçük şehir ayrımlarını dikkate alarak değerlendirmeler yapılması önerilmektedir.

KAYNAKLAR

- Akbaba, S. (2006). Eğitimde motivasyon. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13, 343-361.
- Akbay, S. E. (2009). *Cinsiyete göre üniversite öğrencilerinde akademik erteleme davranışı: Akademik güdülenme, akademik yeterlilik ve akademik yüklenme stillerinin rolü*. Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Alpaslan, A. H. (2012). Ergen ruh sağlığı ve spor. *Kocatepe Tıp Dergisi*, 13, 181-185.
- Aydoğan, D., & Özbay, Y. (2012). Akademik erteleme davranışının benlik saygısı, durumluluk kaygı, öz-yeterlilik açısından açıklanabilirliğinin incelenmesi. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 2(3), 1-9.
- Aylaz, R., Güllü, E., & Güneş, G. (2011). Aerobik yürüme egzersizin depresif belirtilere etkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi*, 4(4), 172-177.
- Bar, M. (2016). *Beden eğitimi ve spor etkinliklerinin psikolojik dayanıklılık ve akademik erteleme etkisi*. Doktora Tezi. Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Başkan, H. (2016). *Öğrenim alanlarına göre lise mezunlarının üniversite kazanma başarıları ile rekreasyon aktivitelerine katılım arasındaki ilişki*. Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Bilgin, E. (2017). *Ortaokul öğrencilerinin fiziksel uygunlukları ve akademik başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Can, S. (2018). *Ergenlerin akademik erteleme davranışları, internet bağımlılığı ve temel psikolojik ihtiyaçları: Bir model önerisi*. Yüksek Lisans Tezi. Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Cizmeci, E. (2015). Yeni medya ve serbest zaman. *İletişim Çalışmaları Dergisi*, 81-99.
- Çakıcı, D. Ç. (2003). *Lise ve üniversite öğrencilerinde genel erteleme ve akademik erteleme davranışlarının incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çetin, N. (2016). *Lise öğrencilerinin akademik erteleme davranışlarının incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Demir, M. F. (2018). *Lise son sınıf öğrencilerinin üstbilgi becerileri ve akademik erteleme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kırşehir.
- Demir, M., & Filiz, K. (2004). Spor egzersizlerinin insan organizması üzerindeki etkileri. *Gazi Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(2), 109-114.
- Demir, Y., & Kutlu, M. (2017). İnternet bağımlılığı, akademik erteleme ve akademik başarı arasındaki ilişkiler. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 61, 91-105.
- Dorak, F., & Özşaker, M. (2011). Spor yapan ve yapmayan ergenlerin sosyo-demografik profilleri. *Spor Hekimliği Dergisi*, 46, 29-36.
- Duman, S. (2016). *Ergenlerin problemli internet kullanımı ile akademik başarı ve ertelemeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Duru, E., Balkıs, M. (2014). Kendinden şüphe duyma, benlik saygısı ve akademik başarı arasındaki ilişkilerde akademik erteleme eğiliminin rolü. *Eğitim ve Bilim*, 39(173), 274-287.

- Erdoğan Yüce, Ü. (2016). *Muğla ilindeki lise öğrencilerinin akademik erteleme davranışlarına sporun etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Muğla.
- Ergen, E. (Ed.). (2011). *Egzersiz fizyolojisi*. Ankara: Nobel Yayınevi.
- Esen, E. (2016). Beynimizi zinde tutmak. *Osmangazi Tıp Dergisi*, 38(1), 13-16.
- Gillison, F.B., Standage, M. & Skevington, S. M. (2006). Relationships among adolescents' weight perceptions, exercise goals, exercise motivation, quality of life and leisure-time exercise behaviour: a self-determination theory approach. *Health Education Research Theory & Practice*, 21(6), 836-847.
- Godin, G., Belanger-Gravel, A. & Nolin, B. (2008). Mechanism by which BMI influences leisure-time physical activity behavior. *Obesity*, 16(6), 1314-1317.
- Gülep, Z.P. (2017). *Lise öğrencilerinin üstbilislerinde boyun eğici davranışların ve akademik erteleme davranışlarının incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Gürültü, E. (2016). *Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları ve akademik erteleme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Haşıl Korkmaz, N., & Deniz, M. (2013). Yetişkinlerin fiziksel aktivite düzeyleri ile sosyo-ekonomik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *E-Journal of New World Science Academy*, 8(3), 46-56.
- Kandemir, M. (2010). *Akademik erteleme davranışını açıklayıcı bir model*. Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kaplan, K. (2016). *Serbest zaman egzersiz katılımı, öznel iyi oluş, öz-yeterlilik: Lise öğrencileri üzerinde bir inceleme*. Yüksek Lisans Tezi. Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.
- Karaküçük, S. (2005). *Rekreasyon boş zaman değerlendirme*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Karaküçük, S., & Gürbüz, B. (2007). *Rekreasyon ve kent(l)leşme*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Karasar, N. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınevi.
- Kotan, Ç., Hergüner, G., & Yaman, Ç. (2009). İlköğretim okullarında okuyan sporcu öğrencilerin spor yapmalarında okul ve aile faktörünün etkisi (Sakarya il örneği). *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1). 49-58.
- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30, 607-610.
- Kutlu, M., & Demir, Y. (2016). Ergenlerdeki akademik erteleme davranışının incelenmesi. *Hedefe Doğru İnsan (PDR Sempozyumu II)*, 378-385.
- Nezhad, M. A., Rahmati, M. M., & Manochehri Nezhad, M. (2012). Relationship between social-economic status of family and adolescents student sport participation. *Annals of Biological Research*, 3(8), 4012-4016.
- Poser, S. (2011). Leisure time and technology. *European History Online*. <https://d-nb.info/103188825X/34> sayfasından erişilmiştir.
- Rahimi Asiabi, S. (2012). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinde fiziksel aktivite alışkanlıkları ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının akademik başarı ile ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Robin, L. A., Fogel, J., & Upham, K. E. (2011). Academic procrastination in college students: the role of self-reported executive function. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology*, 33(3), 344-357.
- Rothblum, E. D., Solomon, L. J., & Murakami, J. (1986). Affective, cognitive, and behavioral differences between high and low procrastinators. *Journal of Counseling Psychology*, 33, 387-394.
- Sarıoğlu, A. F. (2011). *Öğretmen adaylarının akademik erteleme eğilimi ile mükemmeliyetçilik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Doktora Tezi. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Savcı, S., Öztürk, M., Arıkan, H., İnal İnce, D., & Tokgözoğlu, L. (2006). Üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri. *Türk Kardiyoloji Derneği Arşivi* 34(3), 166-172.
- Sevim, Y. (2010). *Antrenman bilgisi*. Ankara: Pelin Ofset.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503-509.
- Steel, P., Brothen, T., & Wambach, C. (2001). Procrastination and personality, performance, and mood. *Personality and Individual Differences*, 30, 95-106.

- Tekin, G., Amman, M. T., & Tekin, A. (2009). Serbest zamanlarda yapılan fiziksel egzersizin üniversite öğrencilerinin depresyon ve atılgnlık düzeylerine etkisi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(2), 148-159.
- Uzun, A.E. (2016). *Farklı liseleere devam eden ergenlerin Facebook bağlanma stratejileri ile akademik erteleme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ünlü, Ç. (2010). *Lise öğrencilerinde fiziksel inaktivite ve beden ölçüt düzeyleri ile öğrenim yılları arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Yağar, G. (2016). *Yetişkin bireylerde egzersizde davranışsal düzenlemeler, serbest zaman engelleriyle baş etme stratejileri ve fiziksel aktivite düzeyi ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.
- Yerlisu Lapa, T., Certel, Z., Kaplan, K., & Yağar, G. (2016). Serbest zaman egzersiz anketinin adolesan çağı öğrencileri için geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5, 1-9.
- Yiğit, R., & Dilmaç, B. (2011). Ortaöğretim öğrencilerinin sahip oldukları insani değerler ile akademik erteleme davranışlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 31, 159-178.
- White, P., & Mc Teer, W. (2012). Socioeconomic status and sport participation at different developmental stages during childhood and youth: Multivariate analyses using canadian national survey data. *Sociology of Sport Journal*, 29, 186-209.
- Zorba, E. (2001). *Fiziksel uygunluk*. Ankara: Gazi Kitapevi.



ISSN: 2636-848X

DOI: 10.46385/tsbd.769555

**Türk Spor Bilimleri
Dergisi**
Türk Spor Bil Derg

Cilt 3, Sayı 2
Ekim 2020, 81-87

**The Journal of Turkish
Sport Sciences**
J Turk Sport Sci

Volume 3, Issue 2
October 2020, 81-87

İD Sarp ŞENOL¹

İD İtir TARI CÖMERT²

İD Hülya YÜKSELOĞLU³

İD Seda UĞRAŞ³

İD Dilek SALKIM İŞLEK³

İD Erkut TUTKUN⁴

¹ İstanbul Okan University

² Fatih Sultan Mehmet Vakıf
University
Faculty of Letters

³ İstanbul University
Faculty of Medicine

⁴ Uludağ University
Faculty of Sport Sciences

Sorumlu Yazar/Corresponding Author:

E. Tutkun

e-mail: erkuttutkun@gmail.com

Geliş Tarihi: 14.07.2020

Kabul Tarihi: 26.10.2020

ORIGINAL RESEARCH
ORJİNAL ARAŞTIRMA

The Relationship Between Self Esteem Depression Anxiety and Stress Levels and Life Satisfaction in Licensed Swimmers Aged Between 14-25 Years

Abstract

The purpose of this study is to examine the relationship between self-esteem, depression, anxiety and stress levels and life satisfaction in licensed swimmers between 14-25 years of age. The study was carried out with the information obtained from 105 licensed swimmers random sample methodology was used with snowball method and who continue to work in Fenerbahçe Sports Club, Galatasaray Sports Club, Kınalıada Water Sports Club and ENKA Sports Club, which are in the province of Istanbul between January 2017 and March 2017. According to study findings from T test, a statistically significant relationship was found between gender and life satisfaction. There was a statistically significant relationship between age, self-esteem, depression, anxiety and stress level and life satisfaction. Although there was a statistically significant relationship swimming year and self-esteem, depression, anxiety level and life satisfaction, there was no statistically significant relation between swimming year and stress level. If it is desired to obtain high performance from athletes, athletes from early ages should be kept away from training and competition to raise their concerns.

Keywords: Licensed swimmer, self esteem, depression, anxiety, stress, life satisfaction

14-25 Yaş Arası Lisanslı Yüzücülerde Benlik Saygısı Depresyon Kaygı ve Stres Düzeyleri ile Yaşam Doymu Arasındaki İlişki

Özet

Bu çalışmanın amacı, 14-25 yaş arası lisanslı yüzücülerde benlik saygısı, depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri ile yaşam doymu arasındaki ilişkiyi incelemektir. Çalışma, kartopu yöntemi ile yapılmıştır. Fenerbahçe Spor Kulübü, Galatasaray Spor Kulübü, Kınalıada Su Sporları Kulübü ve ENKA Spor Kulübü'nde faaliyetlerine devam eden 105 lisanslı yüzücünün rastgele örnekleme metodolojisinden elde edilen bilgileri gerçekleştirilmiştir. Çalışma Ocak 2017-Mart 2017 arasında yapılmıştır. Araştırma bulgular istatistiksel olarak T testinde tabi tutulmuştur. Elde edilen araştırma bulgularına göre cinsiyet ile yaşam doymu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yaş, benlik saygısı, depresyon, anksiyete ve stres düzeyi ile yaşam doymu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardı. Yüzme yılı ile benlik saygısı, depresyon, anksiyete düzeyi ve yaşam doymu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmasına rağmen, yüzme yılı ile stres düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktur. Sporculardan yüksek performans elde edilmek isteniyorsa erken yaşlardan itibaren sporcular kaygı ve stresi yönetme becerilerini geliştirmek için eğitilmelidir.

Anahtar Kelimeler: Lisanslı yüzücü, benlik saygısı, depresyon, anksiyete, stres, yaşam doymu

To cite this article; Şenol, S., Tari-Cömert, İ., Yükseloğlu, H., Uğraş, S., Salkım-İşlek, D., & Tutkun, E. (2020) The relationship between self esteem depression anxiety and stress levels and life satisfaction in licensed swimmers aged between 14-25 years. *The Journal of Turkish Sport Sciences*, 3(2), 81-87.

INTRODUCTION

Sports is expressed as activities aimed at contestants and winners, who desire a physical, mental and technical effort, which creates excitement and enhance the aesthetic sense of the audience (Akandere, 2003). Swimming is one of the main branches of sport that enables the development of the body and the spiritual characteristics that constitute the basis of all sports branches. It develops skills, coordination, endurance, speed, quickness, flexibility and mobility and gives self-confidence, friendly playing and competitiveness behaviors. In sport activities that explain the mental, psychological, physiological and sociological development of the individual, swimming sport has a special importance (Akin & Çetin, 2007; Arslan et al., 2011).

Self-esteem is the self-love of a person, although knowing personal inadequacy and believing that everyone has an unconditional value as a human being (Budak, 2005). Depression is a syndrome characterized thought, sadness, slowing down of physiological functions and behavior. Anxiety is irrational fear created by fear or expectation of danger (Chow, 2005). According to Lazarus and Folkman (1984), stress is a relationship between the individual and environment, that the resources of the individual are forced or exceeded, and that the well-being is endangered (Corbin & Lindsey, 1988).

Life satisfaction is defined as a positive assessment of the whole life of the individual in accordance with the criteria determined by an individual (Çuhadaroğlu, 1986). In this context, life satisfaction of athletes can be affected by many factors (İkizler, 1993). Some of these include happiness from everyday life, meaning attributed to living, harmony in achieving goals, positive individual identity, physically self-esteem, coping with healthy stress, economic, security and social relations (Diener et al, 1995). In recent years, many studies in the field of sports psychology in Europe and the United States talk about the benefits of sport and physical activities in terms of psychosocial health. However, a limited number of studies have been conducted in our country.

Purpose of the Research

The aim of this research is to examine the relationship between self-esteem, depression, anxiety and stress levels and life satisfaction in licensed swimmers between 14-25 years of age.

METHODS

Research Group

The research sample consists of licensed swimmers, aged between 14-25, engaged in sports in Turkey. In the sample, 105 licensed swimmers were in the study group who played Fenerbahçe Sports Club, Galatasaray Sports Club, Kınalıada Water Sports and ENKA Sports Club which are located in İstanbul. Study was conducted between January to March 2017. The sample group was selected randomly sample methodology was used with snowball method.

Procedure:

The data were collected by the researcher by visiting the sports clubs. Informed consent form was taken from the participants. Ethics committee approval was received from the ethics committee of TR Haliç University on 29.12.2016. Filling scales for interviews lasted an hour. The aim and importance of the research were explained in order to ensure that the participants were comfortable while answering the data collection tools.

Data Collection Tools

Demographic Data Form

Specialized demographic data form used in the study that was prepared by the researcher to determine the demographic characteristics of the licensed swimmers.

The Satisfaction with Life Scale (SWLS)

The Satisfaction with Life Scale was developed by Diener et al., (1995) to measure life satisfaction in general. Adaptation of the scale to Turkish was done by Köker in 1991. Köker (1991) applied The Satisfaction with Life Scale three weeks apart. Köker found the test-retest consistency coefficient as .85. In addition, the internal consistency coefficients calculated for the reliability of the scale were found to be between 0.81 and 0.86 for all age groups. The Satisfaction with Life Scale has a 7-point Likert-type rating, consisting of 5 items, strongly disagree, strongly agree. The lowest score that can be taken from this scale consisting of one dimension and five items is 5 and the highest score is 35. As the score obtained from the scale increases, the satisfaction of life increases. The Cronbach Alpha coefficient of this study was found to be 0.82 in a good consistency.

Depression Stress and Anxiety Scale (DASS 42)

Depression Stress and Anxiety Scale (DASS) was developed by Lovibond and Lovibond (1995), with consisting 42 items, 14 of which are depression, 14 of which are anxiety and 14 of stress. DASS 42 is an assessment tool to evaluate itself which is composed of 42 items and 3 subscales. It has a quaternary rating system ("0" = Never, "1" = Sometimes, "2" = Frequently, "3" = Always) and there are 14 items in each subscale (Karadağ, 2013). The high scores of each of the depression, stress, and anxiety dimensions indicate that the individual's status. The adaptation of the scale to Turkish was published by Akın and Çetin in 2007. As a result of the item analysis for DASS, corrected item - total correlations ranged from 0.51 to 0.75. The Cronbach Alpha (α), internal consistency coefficients of the DASS were found to be 0.89, depression, anxiety and stress subscales for the whole scale were 0.90, 0.92, and 0.92, respectively. The test-retest reliability of the scale showed that the correlation coefficients between the two applications were 0.98 ($p < .001$) for all three subscales and .99 for the whole scale. For this study, Cronbach Alpha (α) was found to be 0.95 for depression, anxiety and stress scale. The Cronbach Alpha coefficient in this study was found to be 0.92.

The Self-Esteem Rating Scale

This scale, developed by Morris Rosenberg, was adapted to Turkish by Çuhadaroğlu in 1986. No special training is required for the use of the scale. This is a 26 paper-pen test; it can be applied as a group with no time limit. The scale consists of 4 options, which I strongly disagree, disagree, agree with, and strongly agree. In this study Cronbach Alpha coefficient was found as 0.74.

Data Analysis

This research method was planned according to the relational scanning method. SPSS (Statistical Package for Social Sciences) Windows 22.0 program was used to process and interpret the data. Firstly, the obtained data was transferred to this program and then analyzes were started. "T test" was used to determine differences in Depression, Anxiety and Stress levels of the participants and to calculate Self-esteem subscales. In addition, "t test" was used to describe the relationships between life satisfactions. One-way analysis of variance was performed for the relationship between depression, anxiety and stress rates, self-esteem and life satisfaction. Frequency analysis was used for demographic data. The chi-square test was used to explain the relationships of the sub-problems.

RESULTS

In this study, which examines the relationship between self-esteem, depression, anxiety and stress levels and life satisfaction in licensed swimmers, results were presented in order below.

There was statistically significant relationship between gender and life satisfaction, gender and depression, anxiety, stress, self-esteem, continuity of anxiety. Male swimmers' continuity of anxiety scores was higher than female swimmers ($p < 0.000$) (Table 1).

Table 1. Sub-dimension Averages and Comparisons of Life Satisfaction Depression Anxiety Stress and Self-Esteem by Gender Variable

	Mean	SD	t	df	p
Life Satisfaction	-23.28	5.10	-46.69	104	.000*
Depression	-6.14	5.30	-11.86	104	.000*
Anxiety	-6.66	5.80	-11.77	104	.000*
Stress	-12.20	7.78	-16.06	104	.000*
Self-Esteem	.47	.90	5.32	104	.000*
Continuity of Anxiety	-2.05	1.35	-15.52	104	.000*
Trusting People	-.18	.95	-1.93	104	.056
Sensitivity to Criticism	-.53	1.18	-4.61	104	.000*
Depressive Affection	.05	1.25	.46	104	.642
Fancifulness	-.04	1.63	-.29	104	.766
Psychosomatic Symptoms	-.62	2.44	-2.63	104	.010
Threats in Interpersonal Relations	.25	1.15	2.28	104	.024
Discussions					
Degree of Participation in Discussions	.72	1.02	7.24	104	.000*
Parental Interest	.65	1.30	5.15	104	.000*
Relationship with Father	-.26	1.33	-2.04	104	.044*
Psychic Isolation	.86	.91	9.75	104	.000*

* p<.005

The relationship between gender and trusting people was not statistically significant. Male swimmers' sensitivity to criticism scores were higher than female swimmers ($p<0.000$). The relationship between gender, fancifulness and depressive affect was not statistically significant. There was a statistically significant relationship between gender and psychosomatic symptoms ($p<0.000$). Mean score of psychosomatic symptoms of male swimmers was higher than female swimmers. Mean score of threat in interpersonal relationships of female swimmers was higher than male swimmers ($p<0.000$). There was a statistically significant relationship between gender and the degree of participation in discussions, female swimmers had higher scores ($p<0.000$). Female swimmers' parental interest was higher than the male swimmers ($p<0.000$). There was a statistically significant relationship between gender and relationship with father as male swimmers' relationship of father were higher ($p<0.000$). Mean score of psychic isolation of female swimmers were higher than male swimmers ($p<0.000$).

Table 2. Sub-dimension Averages and Comparisons of Life Satisfaction Depression Anxiety Stress and Self-Esteem by Age Variable

	Mean	SD	t	df	p
Life Satisfaction	-7.20	5.47	-13.46	104	.000*
Depression	9.94	6.36	16.01	104	.000*
Anxiety	9.41	6.84	14.10	104	.000*
Stress	3.88	8.71	4.56	104	.000*
Self-Esteem	16.55	2.99	56.62	104	.000*
Continuity of Anxiety	14.02	3.12	46.06	104	.000*
Trusting People	15.90	2.84	57.37	104	.000*
Sensitivity to Criticism	15.55	3.06	51.96	104	.000*
Depressive Affection	16.14	2.95	55.95	104	.000*
Fancifulness	16.03	3.42	48.02	104	.000*
Psychosomatic Symptoms	15.45	3.87	40.92	104	.000*
Threats in Interpersonal Relations	16.34	3.11	53.74	104	.000*
Degree of Participation in Discussions	16.80	2.93	58.67	104	.000*
Parental Interest	16.74	3.20	53.48	104	.000*
Relationship with Father	15.81	2.87	56.31	104	.000*
Psychic Isolation	16.95	2.96	58.63	104	.000*

* p<.005

There was a statistically significant relationship between age and life satisfaction, depression, anxiety, stress, self-esteem, continuity of anxiety, trusting people, sensitivity to criticism, depressive affect,

fancifulness, psychosomatic symptoms, threats in interpersonal relations, degree of participation in discussions, parental interest, relationship with father and psychic isolation ($p < 0.000$).

Table 3. Sub-dimension Averages and Comparisons of Life Satisfaction Depression Anxiety Stress and Self-Esteem by Year of Swimming Variable

	Mean	SD	t	sd	p
Life Satisfaction	-21.30	5.11	-42.67	104	.000*
Depression	-4.16	5.27	-8.09	104	.000*
Anxiety	-10.21	7.81	-13.39	104	.000*
Stress	-.07	1.40	-.55	104	.580
Self-Esteem	2.45	1.01	24.66	104	.000*
Continuity of Anxiety	-.07	1.40	-.55	104	.000*
Trusting People	1.80	.91	20.18	104	.000*
Sensitivity to Criticism	1.44	1.32	11.21	104	.000*
Depressive Affection	2.03	1.22	17.06	104	.000*
Fancifulness	1.93	1.72	11.50	104	.000*
Psychosomatic Symptoms	1.35	2.55	5.42	104	.000*
Threats in Interpersonal	2.23	1.27	17.98	104	.000*
Relations					
Degree of Participation in	2.70	1.01	27.21	104	.000*
Discussions					
Parental Interest	2.63	1.38	19.57	104	.000*
Relationship with Father	1.71	1.32	13.30	104	.000*
Psychic Isolation	2.84	.95	30.44	104	.000*

* $p < .005$

There was a statistically significant relationship between year of swimming and life satisfaction, depression, anxiety, self-esteem, swimming and the continuity of anxiety, trusting people, sensitivity to criticism, depressive affect, fancifulness, psychosomatic symptoms, threats in interpersonal relations, degree of participation in discussions, parental interest, relationship with father and psychic isolation points ($p < 0.000$) but the relationship between the year of swimming and stress was not statistically significant ($p > 0.05$).

DISCUSSION and CONCLUSION

In the present study, 54.3% of participants were male and 45.7% of them were female, total of the sample was 105. The age of the sample was between 14 and 25 years. Educational status of was found as 1.9% middle school student, 70.5% high school student and 27.6% university student. The distribution of the sample according to the swimming years was 4.8% with a license of 4 to 6 years, 46.7% with a license for 6-9 years, and 48.6% with a license for at least 9 years.

When the scientific literature was examined, it was seen that these variables are examined separately in both swimmers and in different sports branches. However, there were not many studies that examine these variables together. The importance of this study was that all these variables were considered together. It was defended that sport is a phenomenon that increases the quality of life of the individual.

In addition to providing physical benefits, sporting reduces stress, affects the individual positively and is among the treatment methods of some psychiatric rehabilitation programs (Köroğlu, 2015). The relationship between physical exercise and mental health was frequently examined in recent years. Studies on mental health have shown that physical exercise had a positive effect on mental health (Lazarus, 1993). In this context, in a study examining the effects of sports on depression and mental health, it was concluded that it had an important role in the treatment of depression. Arslan et al. (2011) found that there were significant differences in the prevalence of depression among sportsmen and non-sportsmen. It was determined that the prevalence of depression increased in people who did not do sports. In another study examining the level of depression among university students who did sports and not, it was found that the students who did sports did not have depression levels compared to those who did not (Morgan et al,1971).

Raglin et al. (1991) reported that anxiety levels of professional athletes were high and depressive symptoms and signs of chronic fatigue occurred during intensive training periods. In this study, there is a significant change in anxiety level according to gender, age and swimming year in accordance with scientific literature. It is thought that the level of anxiety is increased not only for sportive performances of swimmers during adolescence and early adulthood but also for life decisions. Swimmers are preparing for swimming races and preparing for exams increase their anxiety levels. Also, it is thought that anxiety levels differ because of the special features of adolescence period.

In studies examining life satisfaction among university students in various countries, factors such as age, stress, physical health status, parental attitudes, personality traits, variables related to education are stated to play a role on life satisfaction (Mutrie & Biddle 1995). However, the results of the study conducted in these countries should be kept in mind as a result of the error in the evaluation of the data in question. Because life satisfaction is significantly affected by cultural properties and value systems (Öztürk & Uluşahin, 2011). Life satisfaction levels of the students of Çanakkale Onsekiz Mart University School of Physical Education and Sports were found to be high, life satisfaction scores of female students were higher than the scores of male students (Özgen, 2012). However, no significant difference was found. However, there was no significant difference in terms of life satisfaction levels between the departments of Physical Education Department and Sports Management and Coaching Training (Raglin et al, 1991). According to the results of the analysis, there was no significant difference between depressive affect and gender and self-esteem subscales. A study in parallel with this finding found no significant difference between gender variable and depressive affect levels (Rask et al, 2002).

According to Corbin and Lindsey (1988), exercise seems to increase the capacity to cope with stress (Tahılloğlu, 1999). In studies investigating the relationship between self-esteem and gender, it is generally seen that men's self-esteem is higher than girls (Taşgit, 2012; Tel & Köksalan, 2008). When the relationship between gender and self-esteem was examined in the swimmers, a statistically significant relationship was found between them but in this study, female swimmers self-esteem was higher than male swimmers.

Studies in the field of sport psychology reveal that sports life have an extremely complex structure. In the beginning of sports, the basic psychological conditions of athletes should be determined and followed up at certain intervals. Obtaining high performance from athletes from early ages, they should be kept away from training and competition to raise their concerns. In order to keep the life satisfaction and self-esteem of the athletes at a high level, award arrangements should be made and feedback should be given during (positive) training and competition and frequently after. Psycho training on depression, anxiety and stress and coping strategies is recommended for managers, coaches, athletes' parents and athletes. In addition, psychologists and psychiatrists should be appointed within the clubs in order to provide psychological support to the needs of the athletes. Seminars should be organized to inform and raise awareness of athletes and their families. Except for sporting activities, activities that will improve the self-esteem of the athletes should be implemented. Evaluation studies can be done periodically to measure and follow depression, anxiety and stress levels of the swimmers.

Many of the increasing research in the field of sports psychology in Europe and America in recent years mention the benefits of sports and physical activities in terms of psychosocial health. Many studies support this idea (Urartu, 1994). However, a limited number of studies have been conducted in our country. In this study, the relationship between self-esteem, depression, anxiety and stress level and life satisfaction in licensed swimmers aged 14-25 years were examined. Thus, it is aimed to provide ground for future research on the subject in our country.

REFERENCES

Akandere, M. (2003). Spor yapan ve yapmayan öğrencilerin depresyon düzeylerinin incelenmesi. *Spor ve Tıp Dergisi*, Sendrom,4(2), 1.

- Akın, A. & Çetin, B. (2007). The depression anxiety and stress scale (dass): the study of validity and reliability. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 7(1).
- Arslan, C., Güllü, M. ve Tutal, V. (2011). Spor yapan ve yapmayan ilköğretim öğrencilerinin depresyon durumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2), 20-132.
- Budak, S. (2005). Psikoloji Sözlüğü. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Chow, H. P. H. (2005). Life satisfaction among university students in a canadian prairie city: a multivariate analysis. *Soc Indic Res*, 70,139-150.
- Corbin, C. B., Lindsey, R. (1988). Concepts of Physical Fitness With Laboratories. Brown & Benchmark.
- Çuhadaroğlu, F. (1986).Adölesanlarda benlik saygısı. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi. Ankara:Hacettepe Üniversitesi. Tıp Fakültesi.
- Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R. J. & Griffin, S. (1995). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1),71-75.
- İkizler C. (1993). Sporda Başarının Psikolojisi. (1.Baskı). İstanbul: Alfa Basım Yayım Dağıtım.
- Karadağ, D. (2013). *Yüzme antrenörlerinin bir liderlik özelliği olan iletişim becerilerinin yüzücülerin motivasyonları üzerindeki etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Koroğlu, E. (2015). Psikiyatri Sözlüğü. Ankara: Boylam Psikiyatri Enstitüsü.
- Lazarus, RS.(1993).From psychological stress to the emotions: a history of changing outlooks, *Annual Reviews in Psychology*, 44,1-21.
- Lovibond, P. F. & Lovibond, S. H. (1995). The Structure of negative emotional states: Comparison of the depression anxiety stress scales (DASS) with the beck depression and anxiety inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335-343.
- Morgan, P.M., Roberts, J.A. Feinerman, A.D. (1971). Psychologic effect of acute physical activity. *Archives of Physical Medicine & Rehabilitation*, 52, 422-425.
- Mutrie, N. & Biddle S.J.H. (1995). The effects of exercise on mental health in non- clinic populations. *European Perspectives on Exercise and Sport Psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics: 50-70.
- Özgen, F. (2012). *Çanakkale on sekiz mart üniversitesi beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Mezuniyet Tezi. Çanakkale On Sekiz Mart Üniversitesi, Çanakkale.
- Öztürk, O.,Uluşahin, A. (2011). Ruh Sağlığı ve Bozuklukları (11. Baskı). Ankara: Nobel Tıp Kitapevleri.
- Raglin, JS., Morgan W.P. & O'Connor PJ. (1991). Changes in mood states during training in female and male collage swimmers. *Int J Sports Med*, 12, 585-589.
- Rask, K., Astedt-Kurki, P. & Laippala, P. (2002). Adolescent subjective well-being and realized values. *J Adv Nurs*.
- Tahıllıoğlu, A. (1999). *Kara harp okulu erkek yüzme takımının bazı antropometrik ölçülerinin incelenmesi ve değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Taşgıt, M.S. (2012). *Üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve karar verme düzeylerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Karamanoğlu Mehmet Bey Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Karaman.
- Tel, M., Köksalan, B. (2008). Öğretim üyelerinin spor etkinliklerinin sosyolojik olarak incelenmesi-Doğu Anadolu örneği. *Erat University Journal of Social Science*, 18(1), 261-278.
- Urartu, Ü. (1994). Yüzme Teknik-Taktik-Kondisyon. (I. Baskı). İstanbul: İnkılap Kitapevi.



ISSN: 2636-848X


DOI: 10.46385/tsbd.801045

**Türk Spor Bilimleri
Dergisi**
Türk Spor Bil Derg

Cilt 3, Sayı 2
Ekim 2020, 88-95

**The Journal of Turkish
Sport Sciences**
J Turk Sport Sci

Volume 3, Issue 2
October 2020, 88-95

 **Çağatay DERECELİ**

Aydın Adnan Menderes
Üniversitesi
Spor Bilimleri Fakültesi

Sorumlu Yazar/Corresponding Author:

Ç. Dereceli

e-mail: cdereceli@adu.edu.tr

Geliş Tarihi: 28.09.2020

Kabul Tarihi: 26.10.2020

ORJİNAL ARAŞTIRMA
ORIGINAL RESEARCH

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Mizah Tarzı Düzeylerinin İncelenmesi: Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Örneği

Özet

Bu çalışmanın amacı Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde eğitim gören öğrencilerin bazı değişkenlere bağlı olarak mizah tarzları ve alt boyutlarındaki değişimlerin incelenmesidir. Çalışmanın örneklemini Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde 2020-2021 öğretim yılında öğrenim gören 62'si kadın, 87'si erkek olmak üzere toplam 149 katılımcı oluşturmuştur. Araştırmaya katılan öğrencilerin mizah tarzlarının belirlenmesinde Martin ve ark. (2003) tarafından geliştirilen Mizah Tarzları Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek Yerlikaya (2003) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Katılımcılara, demografik bilgiler ve mizah tarzları ölçeği yüz yüze görüşme tekniği ile uygulanmıştır. Verilerinin normal dağılım gösterip göstermediği Kolmogorov Smirnov Testi ile sınanmıştır. Verilerin normal dağılım göstermediği anlaşıldığından nonparametrik testler uygulanmıştır. Elde edilen bulgulardan cinsiyet değişkenine göre kendini geliştirici mizah, saldırgan mizah, kendini yıkıcı mizah alt boyutları ve mizah tarzları ölçeği puanı açısından kadın ve erkek öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmediği anlaşılmaktadır ($p>0.05$). Yaş grubu değişkenine göre kendini geliştirici mizah, saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah alt boyutları açısından öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı anlaşılmaktadır ($p>0.05$). Ancak katılımcı mizah alt boyutu ve mizah tarzları ölçeği toplam puanı açısından öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşmanın olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Çalışmaya katılan öğrencilerin okudukları bölüm değişkenine göre katılımcı mizah, kendini geliştirici mizah, saldırgan mizah, kendini yıkıcı mizah alt boyutları ve mizah tarzları ölçeği puanı açısından öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0.05$). Katılımcıların milli sporcu olma durumuna göre katılımcı mizah, kendini geliştirici mizah, saldırgan mizah, kendini yıkıcı mizah alt boyutları ve mizah tarzları ölçeği puanı açısından öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı görülmektedir ($p>0.05$). Sonuç olarak, yaş ve cinsiyet değişkenleri açısından mizah tarzları ve alt boyutları açısından öğrenciler arasında farklılık saptanmıştır. Bu farklılığın sebebinin kalıtsal, çevresel faktörlerden kaynaklanabileceği öngörülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Mizah tarzı, spor bilimleri, üniversite öğrencileri

An Examination of Humor Style Levels of Sports Sciences Students: Example of Aydın Adnan Menderes University

Abstract

The aim of this study is to examine the changes in humor styles and sub-dimensions of the students studying at Aydın Adnan Menderes University Faculty of Sport Sciences depending on some variables. The sample of the study consisted of a total of 149 participants, 62 women and 87 men, studying in the Faculty of Sport Sciences of Aydın Adnan Menderes University in the 2020-2021 academic years. In determining the humor styles of the students participating in the study, Martin et al. Humor Styles Scale developed by (2003) was used. The scale was adapted to Turkish by Yerlikaya (2003). The demographic information and humor styles scale was applied to the participants using the face-to-face interview technique. Whether the data showed normal distribution was tested with the Kolmogorov Smirnov Test. Nonparametric tests were applied in which it was understood that the data did not show normal distribution. According to the findings, it is understood that there is no statistically significant difference between male and female students in terms of self-enhancing humor, aggressive humor, self-destructive humor sub-dimensions and humor styles scale scores ($p> 0.05$). According to the age group variable, there is no statistically significant difference between the students in terms of self-enhancing humor, aggressive humor and self-destructive humor sub-dimensions ($p> 0.05$). However, it is seen that there is a statistically significant difference among students in terms of participant humor sub-dimension and total score of humor styles scale ($p <0.05$). No statistically significant difference was found between the students in terms of participant humor, self-enhancing humor, aggressive humor, self-destructive humor sub-dimensions and humor styles scale score according to the department variable of the students participating in the study ($p> 0.05$). It is observed that there is no statistically significant difference between the students in terms of participant humor, self-enhancing humor, aggressive humor, self-destructive humor sub-dimensions and humor styles scale score according to the national athlete status of the participants ($p> 0.05$). As a result, a difference was found between students in terms of age and gender variables in terms of humor styles and sub-dimensions. It is predicted that the reason for this difference may be due to hereditary and environmental factors.

Keywords: Humor style, sport sciences, university students

GİRİŞ

Kişilik kavramı, psikolojide önemli kavramlardan biridir. Geçmişten günümüze kişilik üzerine birçok çalışma yapılmış olmasına rağmen, hala bu konu önem arz etmektedir. Literatür incelendiğinde, kişiliğin herkes tarafından kabul görmüş bir tanımı bulunmadığı kanısına varılmıştır (Yelboğa, 2009). Kişilik, bireyin kendisinden kaynaklanan tutarlı davranış kalıpları ve kişilik içi süreçleri olarak en basit şekilde tanımlanmaktadır. Kişinin kendisinden kaynaklanan bir süreç olsa da çevreden etkilenmediği düşünülemez. Sosyal çevrenin, kişinin kendisinden kaynaklı tutarlı davranışlarında etkileri görülmektedir. Genel olarak kişilik, bireyi başkalarından ayıran, hem doğuştan gelen hem de sonradan kazanılan, bireyin zihinsel, duygusal, sosyal ve fiziksel özelliklerinde süreklilik gösteren yönlerinin ifade eden bir kavramdır. Bu tanımlara göre kişiliğin hem gelişim kuramları ile hem de gelişim ile ilgili diğer alanlarla doğrudan ilişkili olduğu sanılmaktadır (Özdemir vd., 2012). Ayrıca kişilik ile ilgili birçok kuram olması da kişiliğin farklı kavramlardan etkilediğini de düşündürmektedir.

Spor psikolojisindeki gelişimlere paralel olarak, spora özgü kişilik, spor ve kişilik üzerine birçok makale yazılmıştır. Bu araştırmaların büyük bir çoğunluğu 1970'larda ve 1980'lerde yayınlanmıştır (Ruffer, 1976; Vealey, 1989). Fletcher ve Dowell (1971) sporcuların sportif etkinlikte bulunmayanlara göre daha saldırgan, dominant, daha güvenli ve duygusal olarak daha dengeli olduklarını saptadığını belirtmişlerdir. Ayrıca sporda amacın en yüksek performansa ulaşmak olması, sporcunun kişiliğinin en yüksek performansa hazır olması, ruhsal ve fiziksel tüm güçlüklerin üstesinden gelmesi, en yüksek performansa ulaşması için tüm fedakârlığı yapmaya hazır olması için buna uygun bir kişilik yapısına sahip olması gerekmektedir. Farklı bir çalışmada ise; katlanılması güç, baskılı, yoğun ortamlarda gerçekleşen sportif etkinliklerin kişiliği biçimlendirerek onu, acıya dayanıklı, dirençli ve hırslı bir kişiliğe yönlendirdiği düşünülmektedir. Fakat performansı arttırmada kişilik çalışmalarının yanı sıra farklı kavramların da önemli olduğu düşünülmektedir (Selçuk ve Aydos, 1998).

Mizah kavramı, kişiliğe etki eden önemli kavramlardan biridir. Bu kavramın net ve tam bir tanımını yapmak araştırmalar doğrultusunda oldukça zordur (Yerlikaya, 2003). Mizah, olaylar ve durumlar karşısında neşeli tarafında olduğunu bilmektir. Bir başka deyişle mizah duygusu, komik olan durumları görebilme, algılayabilme ya da anlatabilme yeteneği olarak da tanımlanabilir (İlhan, 2005). Mizah, bilişsel, duygusal, fizyolojik ve davranışsal boyutlara sahiptir ve bu boyutlardan birinin ya da tamamının anlaşılması mizahi bir anlayış olarak görülmektedir (Solomon, 1996).

Mizah ile ilgili yapılan çalışmalarda, araştırmacılar ve kuramcılar, mizah kavramını, insanın yaşamını olumlu etkileyen bir güç olarak adlandırmış, sağlıklı ve uyumlu baş etme stratejisi olduğunu belirtmişlerdir (Yerlikaya, 2003). Mizahın psikolojik ve fizyolojik sağlığa olumlu etki sağladığı, gerginliği azalttığı bilinmektedir (İlhan, 2005). Mizah bireysel ifade tarzıdır. Kişiden kişiye farklılık gösterdiği gibi, kişinin kendisinden ya da başka birinden kaynaklı, destekleyici, yıkıcı, uyumlu veya uyumsuz olabilmektedir (Martin vd., 2003).

Mizah kavramının tarihsel sürecine baktığımızda, Klasik Yunan kuramında beden tarafından üretilen ve insan karakterini belirleyen dört temel salgı için kullanıldığı düşünülmektedir. On yedinci yüzyıl Avrupası'nda ise mizah, farklı davranışlar ve karakterlerle sosyal normlardan kaçınmayı betimleyen kavram olarak karşımıza çıkmıştır. Bu süreçte tuhaf davranışlara sahip bireylere gülünmesiyle mizah kavramı komik içerikle anılmaktadır (Ruch ve Hehl 1998). Ardından bu tanımlar doğrultusunda, mizah kavramı mizahla uğraşan ve başkalarını güldürmekte yetenekli olan kişileri tanımlamak için kullanılmıştır. On yedinci yüzyılın sonuna kadar da bu kavram gerçek anlamıyla kullanılmamış, olumsuz bir özellik olarak yansıtılmıştır. Ayrıca bu dönem sonunda insanların başkalarının tuhaf davranışlarına nazikçe gülümsemeleri, sosyal çevrelerine hoşgörülü davranmalarının gerekliliği vurgulanmıştır. Bununla birlikte on sekizinci yüzyılda ise mizahın olumsuz özellikleri ortadan kalkmış, olumlu ve ahlaki bir özellik olmuştur (Yerlikaya, 2003). 20.yy'da mizah kavramındaki bireysel farklılıklar araştırmalarda önemli yer edinmiştir. Ayrıca bu yüzyılda, mizah kavramı daha geniş bir anlama sahip olup gülme ile ilgili tüm fenomenleri içermektedir. Bununla birlikte olumlu ve olumsuz birçok yönü olabilmektedir (Ruch vd., 1996). Geçmişten

günümüze kadar yapılan birçok çalışmada mizah kavramının olumlu etkileri üzerinde durulmuştur. Olumsuzluklar karşısında mizah duygusunun gelişmiş olması kişi için olumlu etkiye sahip olduğu düşünülmektedir (Yerlikaya, 2003).

Literatür incelendiğinde mizahın dört alt boyutu olduğu saptanmıştır. Bunlar; kendini geliştirici mizah, katılımcı mizah, saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah tarzıdır (Tümekaya, 2007; Chen ve Martin 2007; Çeçen, 2007). Alt boyutların isimlerinden de anlaşıldığı üzere kendini geliştirici ve katılımcı mizah uyumlu alt boyut iken, saldırgan ve kendini yıkıcı mizah uyumsuz alt boyuttur. Kendini geliştirici ve katılımcı mizah uyumlu özellik olarak nitelendirilirken, saldırgan ve kendini yıkıcı mizah uyumsuz özellik olarak nitelendirilir. Kendini geliştirici mizah, bireylerin kendi kişisel özellikleriyle birlikte başkalarının ihtiyaçlarını da dikkate alarak olumsuz duyguları azaltmada etkin bir mizah alt boyuttur. Katılımcı mizah, kişinin kendi ihtiyaçlarının farkında olarak, kendi şahsiyetine ve başkalarına saygı göstererek oluşan mizah alt boyuttur. Saldırgan mizah tarzı, bireyin başkalarına saygı duymaksızın kendi üstünlük ihtiyacını karşılamak amacıyla kullandığı, sosyal normlara aykırı hareket eden mizah alt boyuttur. Kendini yıkıcı mizah ise, bireyin kendi ihtiyaçlarını hiçe sayarak, başkalarını eğlendirmek amacıyla, kendisiyle alay eden mizah alt boyutu olarak karşımıza çıkmaktadır (Martin vd., 2003).

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde eğitim gören öğrencilerin bazı değişkenlere (yaş, cinsiyet, okudukları bölüm ve milli oluş durumları) bağlı olarak mizah tarzları ve alt boyutlarındaki değişimlerin incelenmesidir.

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örneklem, veri toplama araçları ve verilerin analizi gibi bilgilere yer verilmektedir.

Araştırma Grubu

Araştırma grubunu, Aydın ili Adnan Menderes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi eğitim gören 149 öğrenci oluşturmaktadır. Yüz yüze görüşme tekniği kullanılarak gerçekleştirilen çalışmada katılımcılar gönüllü olarak çalışmaya katılım sağlamışlardır.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından geliştirilen bu form çalışmanın niteliği ve amacı hakkında ön bilgileri içermektedir. Ayrıca çalışmaya gönüllü olarak katılan katılımcıların yaşları, cinsiyetleri, okudukları bölüm ve milli sporcu olup olmama durumunu sorgulayan soruları içermektedir (Tablo 1).

Tablo 1. Öğrencilerin Demografik Özelliklerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Değişkenler	Frekans	Yüzde (%)
Cinsiyet (n=149)		
Kadın	62	41,6
Erkek	87	58,4
Yaş grubu (n=149)		
18-20 yaş	61	40,9
21-23 yaş	76	51,0
24 yaş ve üzeri	12	8,1
Öğrenin görülen bölüm (n=149)		
Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	86	57,7
Antrenörlük Eğitimi	63	42,3
Milli sporcu olma durumu (n=149)		
Evet	18	12,1
Hayır	131	87,9

Tablo 1'de araştırmanın örneklemini oluşturan öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin tanımlayıcı istatistikler görülmektedir. Buna göre öğrencilerin %41,6'sı (n=62) kadın, %58,4'ü (n=87) erkektir.

Öğrencilerin %40,9'u (n=61) 18-20 yaş grubunda, %51,0'i (n=76) 21-23 yaş grubunda ve %8,1'i (n=12) 24 yaş ve üzerindedir. Öğrencilerin öğrenim gördükleri bölüme göre dağılımları incelendiğinde %57,7'sinin Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, %42,3'ünün Antrenörlük Eğitimi bölümünde öğrenim gördüğü anlaşılmaktadır. Öğrencilerin %12,1'i (n=18) milli sporcudur. Milli sporcu olmayan öğrencilerin oranı %87,9 (n=131) olarak tespit edilmiştir.

Mizah Tarzları Ölçeği (MTÖ)

Araştırmaya katılan öğrencilerin mizah tarzlarının belirlenmesinde Martin ve diğerleri (2003) tarafından geliştirilerek Yerlikaya (2003) tarafından Türkçeye uyarlanan Mizah Tarzları Ölçeği (MTÖ) kullanılmıştır. Ölçek 32 maddeden oluşmakta ve farklı maddeler toplanarak dört mizah prototipini ölçmeyi amaçlamaktadır. Ölçekte yer alan maddeler mizah duygusunun potansiyel olarak iyi olmada olumlu olan; katılımcı ve kendini geliştirici ve potansiyel olarak iki olumsuz; kendini yıkıcı ve saldırgan olmak üzere mizahın 4 stildeki bireysel farklılıkları bildirmektedir. Ölçekte yer alan maddeler bireysel farklılıkları ne derece tanımladıklarını gösterecek şekilde işaretlenmektedir. Bu alt ölçekler; Katılımcı Mizah, Kendini Geliştirici Mizah, Saldırgan Mizah ve Kendini Yıkıcı Mizah olarak adlandırılmıştır. 'Kesinlikle Katılmıyorum' ile 'Tamamıyla Katılıyorum' arasında değişen yedili Likert tipi bir derecelendirmenin kullanıldığı alt ölçeklerin her biri 8'er maddeden oluşmakta ve ölçekte ters yönde puanlanan on bir madde bulunmaktadır. Böylece her bir alt ölçekten alınabilecek en düşük ve en yüksek puanlar 7 ile 56 arasında değişmektedir. Alt ölçeklerden alınan puanların yüksekliği ilgili mizah tarzının kullanım sıklığına işaret etmektedir. Ölçek Yerlikaya (2003) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçeğin Türkçeye uyarlanması esnasında yapılan faktör analizinde ölçeğin alt ölçeklerinin iç tutarlık (alfa değerleri) katılımcı mizah için 0,80, kendini geliştirici mizah için 0,81, saldırgan mizah için 0,77 ve kendini yıkıcı mizah için 0,80 bulunmuştur.

Verilerin Analizi

Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören öğrencilerin mizah tarzlarını belirlemeye yönelik yapılan ölçek uygulamalarından elde edilen veriler SPSS 25,0 paket programında değerlendirildi. Gözlem sayısı 70'den fazla olduğu için verilerin normal dağılım gösterip göstermediği Kolmogorov Smirnov Testi ile sınıandı. Verilerin normal dağılım göstermediği ve parametrik test varsayımlarının sağlanmadığı anlaşıldığından istatistiksel analizlerde parametrik olmayan testler kullanıldı. Öğrencilerin cinsiyet, yaş grubu, öğrenim görülen bölüm ve milli olma düzeyi gibi değişkenlere ilişkin frekans dağılımları hesaplandı. Ölçümle belirtilen sürekli bir değişken yönünden bağımsız iki gruba ilişkin ortalama arasındaki farkın manidarlığı Mann Whitney U Testi ile sınıandı. Üç veya daha fazla bağımsız gruba ilişkin ortalamaların manidarlığının sınıanmasında ise Kruskal Wallis H Testi kullanıldı.

BULGULAR

Tablo 2. Öğrencilerin Cinsiyete Bağlı Olarak Mizah Tarzı ve Alt Boyutlarındaki Değişimleri

Değişkenler	Cinsiyet	N	Sıra Ort.	Sıralama Top.	U Değeri	z	p
Katılımcı Mizah	Kadın	62	87,06	5485,00	2075,000	-2,635	0,008*
	Erkek	87	68,08	5991,00			
Kendini Geliştirici Mizah	Kadın	62	81,40	5128,00	2432,000	-1,285	0,199
	Erkek	87	72,14	6348,00			
Saldırgan Mizah	Kadın	62	82,71	5210,50	2349,500	-1,598	0,110
	Erkek	87	71,20	6265,50			
Kendini Yıkıcı Mizah	Kadın	62	68,98	4346,00	2330,000	-1,670	0,095
	Erkek	87	81,02	7130,00			
Mizah Tarzları Ölçeği	Kadın	62	82,62	5205,00	2355,000	-1,574	0,115
	Erkek	87	71,26	6271,00			

*0,05 düzeyinde anlamlılık

Tablo 2'de kendini geliştirici mizah, saldırgan mizah, kendini yıkıcı mizah alt boyutları ve mizah tarzları ölçeği puanı açısından öğrencilerin cinsiyet farkı bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık

görülmemektedir ($p>0,05$). Katılımcı mizah alt boyutu açısından ise kadın öğrenciler lehine istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olduğu anlaşılmaktadır ($p<0,05$).

Tablo 3. Öğrencilerin Yaşa Bağlı Olarak Mizah Tarzı ve Alt Boyutlarındaki Değişimleri

Değişkenler	Yaş grubu	N	Sıra Ort.	Ki-kare Değeri	sd	p	Fark
Katılımcı Mizah	①18-20 yaş	61	61,91	11,303	2	0,004*	2>1 3>1
	②21-23 yaş	76	85,68				
	③24 yaş ve üzeri	12	88,63				
Kendini Geliştirici Mizah	①18-20 yaş	61	68,00	3,643	2	0,162	-
	②21-23 yaş	76	81,52				
	③24 yaş ve üzeri	12	83,04				
Saldırgan Mizah	①18-20 yaş	61	71,40	1,796	2	0,407	-
	②21-23 yaş	76	77,86				
	③24 yaş ve üzeri	12	88,33				
Kendini Yıkıcı Mizah	①18-20 yaş	61	67,28	4,429	2	0,109	-
	②21-23 yaş	76	82,88				
	③24 yaş ve üzeri	12	78,21				
Mizah Tarzları Ölçeği	①18-20 yaş	61	63,13	9,416	2	0,009*	2>1 3>1
	②21-23 yaş	76	84,79				
	③24 yaş ve üzeri	12	87,88				

*0,05 düzeyinde anlamlılık

Tablo 3. incelendiğinde yaş grubu değişkenine göre kendini geliştirici mizah, saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah alt boyutları açısından öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı anlaşılmaktadır ($p>0,05$). Ancak katılımcı mizah alt boyutu ve mizah tarzları ölçeği toplam puanı açısından öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşmanın olduğu görülmektedir ($p<0,05$).

Tablo 4. Öğrencilerin Öğrenim Görülen Bölüme Bağlı Olarak Mizah Tarzı ve Alt Boyutlarındaki Değişimleri

Değişkenler	Bölüm	N	Sıra Ort.	Sıralama Top.	U Değeri	z	p
Katılımcı Mizah	BESÖ	86	81,01	7048,00	2348,000	-1,645	0,100
	Ant. Eğt.	63	69,19	4428,00			
Kendini Geliştirici Mizah	BESÖ	86	78,48	6827,50	2568,500	-0,813	0,416
	Ant. Eğt.	63	72,63	4648,50			
Saldırgan Mizah	BESÖ	86	81,45	7086,50	2309,500	-1,791	0,073
	Ant. Eğt.	63	68,59	4389,50			
Kendini Yıkıcı Mizah	BESÖ	86	76,64	6667,50	2728,500	-0,209	0,834
	Ant. Eğt.	63	75,13	4808,50			
Mizah Tarzları Ölçeği	BESÖ	86	80,92	7040,00	2356,000	-1,612	0,107
	Ant. Eğt.	63	69,31	4436,00			

BESÖ: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği; Ant. Eğt.: Antrenörlük Eğitimi

Tablo 4.'de görüldüğü gibi bölüm değişkenine göre katılımcı mizah, kendini geliştirici mizah, saldırgan mizah, kendini yıkıcı mizah alt boyutları ve mizah tarzları ölçeği puanı açısından öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 5. Öğrencilerin Milli Sporcu Olma Durumuna Göre Bağlı Olarak Mizah Tarzı ve Alt Boyutlarındaki Değişimleri

Değişkenler	Milli Sporcu	N	Sıra Ort.	Sıralama Top.	U Değeri	z	p
Katılımcı Mizah	Evet	18	62,11	1180,00	990,000	-1,484	0,118
	Hayır	131	78,00	10296,00			
Kendini Geliştirici Mizah	Evet	18	72,95	1386,00	1196,000	-0,326	0,744
	Hayır	131	76,44	10090,00			
Saldırgan Mizah	Evet	18	90,29	1715,50	982,500	-1,527	0,127
	Hayır	131	73,94	9760,50			
Kendini Yıkıcı Mizah	Evet	18	81,55	1549,50	1148,500	-0,593	0,553
	Hayır	131	75,20	9926,50			
Mizah Tarzları Ölçeği	Evet	18	76,05	1445,00	1253,000	-0,006	0,996
	Hayır	131	75,99	10031,00			

Tablo 5’de milli sporcu olma değişkenine göre katılımcı mizah, kendini geliştirici mizah, saldırgan mizah, kendini yıkıcı mizah alt boyutları ve mizah tarzları ölçeği puanı açısından öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı görülmektedir ($p>0,05$).

TARTIŞMA ve SONUÇ

Elde edilen veriler doğrultusunda, cinsiyet ile kendini geliştirici mizah, saldırgan mizah, kendini yıkıcı mizah alt boyutları ve mizah tarzları ölçeği puanı açısından öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemektedir ($p>0,05$). Katılımcı mizah alt boyutu açısından ise kadın öğrenciler lehine istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olduğu anlaşılmaktadır ($p<0,05$). Kadın öğrencilerin, erkek öğrencilere göre katılımcı mizah alt boyutunda elde ettiği puan daha yüksek bulunmuştur.

Literatür incelendiğinde, Mizah tarzları ve cinsiyetler arasında yapılan karşılaştırmalarda erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha kendini geliştirici; kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha katılımcı mizah tarzlarına sahip oldukları tespit edilmiştir. Erkek öğrencilerin akranları tarafından anlaşılma kabul görme ve ön plana çıkabilme istekleri ve kendilerinden söz ettirme çabaları popüler biri olma yönünde kendini geliştirici mizahı benimsedikleri düşünülmektedir. Kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha kolay kişiler arası ilişkiler kurabildikleri -özellikle hem cinsleri ile olan ilişkilerde- varsayıldığında kadınların akranları tarafından kolayca kabul görebilmeleri için daha katılımcı bir mizah tarzını benimsedikleri düşünülmektedir (Erözkan, 2009). Avşar (2008) çalışmasında erkek öğrencilerin saldırgan mizah tarzını; kadın öğrencilerin de katılımcı-sosyal ve kendini geliştirici mizah tarzlarını diğerlerine göre daha çok kullandığı saptanmıştır. Erkeklerin saldırgan mizah tarzını, kadınların da katılımcı ve kendini geliştirici mizah tarzlarını daha çok tercih ettiği alan yazın incelendiğinde farklı araştırmaların bulgularıyla desteklenmektedir (Saltuk, 2006; Chen ve Martin, 2007; Yerlikaya, 2007).

Veriler incelendiğinde yaş grubu değişkenine göre kendini geliştirici mizah, saldırgan mizah ve kendini yıkıcı mizah alt boyutları açısından öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı anlaşılmaktadır ($p>0,05$). Ancak katılımcı mizah alt boyutu ve mizah tarzları ölçeği toplam puanı açısından öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşmanın olduğu görülmektedir ($p<0,05$). Bu farklılaşmayı oluşturan 21-23 yaş arası öğrencilerdir. Yaprak ve diğerleri (2018) çalışmalarında 23 yaş ve altı öğrencilerin en yüksek puanı aldığı belirtilirken, 32 yaş ve üstü öğrencilerin en düşük puanı aldığını tespit etmişlerdir. Farklı bir çalışmada ise kendini yıkıcı alt boyutunda 22 yaş ve altındaki katılımcılar 23 yaş ve üzeri katılımcılara göre daha yüksek puan elde etmişlerdir (Işık ve Cengiz, 2018). Ancak çoğu araştırmada mizah tarzları ve mizah tarzları alt boyutları ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır (Chen ve Martin, 2007; Akandere vd., 2015).

Katılımcıların, bölüm değişkenine göre katılımcı mizah, kendini geliştirici mizah, saldırgan mizah, kendini yıkıcı mizah alt boyutları ve mizah tarzları ölçeği puanı açısından öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 5’te görüldüğü gibi milli sporcu olma değişkenine göre katılımcı mizah, kendini geliştirici mizah, saldırgan mizah, kendini yıkıcı mizah alt boyutları ve mizah tarzları ölçeği puanı açısından öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı görülmektedir ($p>0,05$). Literatür incelendiğinde mizah tarzının milli olma değişkenine göre değerlendirildiği herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır.

Sonuç olarak bu çalışmada, mizah türleri ve mizah alt boyutları ile ilgili Spor Bilimleri Fakültesi’nde eğitim gören öğrencilerin yaş ve cinsiyet değişkeniyle ilgili istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Literatürle desteklenen bu farklılığın sebebinin kalıtsal ve çevresel faktörlerden kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Spor bilimleri Fakültesi’nde eğitim gören öğrenciler ve milli olma durumu ile mizah tarzları ve alt boyutları arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Bu çalışmada Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği ile Antrenörlük Eğitimi arasında istatistiksel fark bulunmaması örneklem sayısından kaynaklandığı

varsayılmaktadır. İki bölümünde her ne kadar Spor Bilimleri Fakültesi'ne bağlı olsa da temelde farklı yapıları barındırdığı için mizah tarzları mizah alt boyutlarında farklılık gösterebileceği düşünülmektedir. Ayrıca milli sporcu olan öğrenci ile milli sporcu olmayan öğrenci arasında farkın olmaması başarının mizah tarzına etki etmediğini düşündürmektedir.

Sonuç olarak, yaş ve cinsiyet değişkenleri açısından mizah tarzları ve alt boyutları açısından öğrenciler arasında farklılık saptanmıştır. Bu farklılığın sebebinin kalıtsal, çevresel faktörlerden kaynaklanabileceği öngörülmektedir.

KAYNAKLAR

- Akandere, M., Yarımkaya, E., & Tekin, E. (2015). Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin saldırgan ve kendini geliştirici mizah düzeylerinin incelenmesi. *SSTB International Refereed Academic Journal of Sports, Health & Medical Sciences*, 15(5).
- Avşar, V. (2008). *Öğretmen adaylarının mizah tarzları ve cinsiyet rolleri ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Chen, G. H., & Martin, R. A. (2007). A comparison of humor styles, coping humor, and mental health between Chinese and Canadian university students. *Humor*, 20(3), 215-234.
- Çeçen, A. R. (2007). Humor styles in predicting loneliness among Turkish university students. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 35(6), 835-844.
- Erözkan, A. (2009). Üniversite öğrencilerinin kişiler arası ilişki tarzları ve mizah tarzları. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 26(2), 56-66.
- Fletcher, R., & Dowell, L. (1971). Selected personality characteristics of high school athletes and nonathletes. *The Journal of Psychology*, 77(1), 39-41.
- Işık, U., & Cengiz, R. (2018). The Relationship between humor styles and five factor personality Traits of Physical Education and Sports Students. *Universal Journal of Educational Research*, 6(8), 1811-1818.
- İlhan, T. (2005). *Öznel iyi oluşa dayalı mizah tarzları modeli*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Martin, R. A., Puhlik-Doris, P., Larsen, G., Gray, J., & Weir, K. (2003). Individual differences in uses of humor and their relation to psychological well-being: Development of the Humor Styles Questionnaire. *Journal of Research in Personality*, 37(1), 48-75.
- Özdemir, O., Özdemir, P. G., Kadak, M. T., & Nasıroğlu, S. (2012). Kişilik gelişimi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(4), 566-589.
- Ruch, W., & Hehl, F. J. (1998). A two-mode model of humor appreciation: Its relation to aesthetic appreciation and simplicity-complexity of personality. *The sense of humor: Explorations of a Personality Characteristic*, 109-142.
- Ruch, W., Kohler, G., & Van Thriel, C. (1996). Assessing the „humorous temperament “: Construction of the facet and standard trait forms of the State-Trait-Cheerfulness-Inventory—STCI. *Humor: International Journal of Humor Research*, 9(3-4), 303-339.
- Ruffer, W. A. (1976). Three studies of personality: Undergraduate students in physical education. *Perceptual and Motor Skills*, 43(2), 671-677.
- Saltuk, S. (2006). *Üniversite öğrencilerinin mizah tarzları*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Selçuk, E., & Aydos, L. (1998). Ankara polis akademisi sporcu olan ve sporcu olmayan öğrencilerinin bazı kişilik ve davranış özelliklerinin araştırılması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 28-41.
- Solomon, J. C. (1996). Humor and aging well: a laughing matter or a matter of laughing?. *American Behavioral Scientist*, 39(3), 249-271.
- Tümkaya, S. (2007). Burnout and humor relationship among university lecturers. *Humor*, 20(1), 73-92.
- Vealey, R. S. (1989). Sport personology: A paradigmatic and methodological analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(2), 216-235.
- Yaprak, P., Güçlü, M., & Ayyıldız Durhan, T. (2018). The happiness, hardiness, and humor styles of students with a bachelor's degree in sport sciences. *Behavioral Sciences*, 8(9), 82.
- Yelboğa, A. (2006). Kişilik özellikleri ve iş performansı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *ISGUC The Journal of Industrial Relations and Human Resources*, 8(2), 196-217.

Yerlikaya, E. E. (2003). *Mizah tarzları ölçeği'nin (The humor styles questionnaire) uyarlama çalışması*. Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.



ISSN: 2636-848X

DOI: 10.46385/tsbd.813139

**Türk Spor Bilimleri
Dergisi**
Türk Spor Bil Derg

Cilt 3, Sayı 2
Ekim 2020, 96-103

**The Journal of Turkish
Sport Sciences**
J Turk Sport Sci

Volume 3, Issue 2
October 2020, 96-103

Ali ERDOĞAN¹

Ahmet Azmi YETİM²

¹ Karamanoğlu Mehmetbey
Üniversitesi Üniversitesi
Spor Bilimleri Fakültesi

² Gazi Üniversitesi
Spor Bilimleri Fakültesi

Sorumlu Yazar/Corresponding Author:

A. Erdoğan

e-mail: aerdogan@kmu.edu.tr

Geliş Tarihi: 20.10.2020

Kabul Tarihi: 25.10.2020

**DERLEME
REVIEW**

Spor Eğitimi Veren Yükseköğretim Kurumlarında Öğrenci Memnuniyeti

Özet

Çalışmanın amacı, spor eğitimi veren yükseköğretim kurumlarında öğrenci memnuniyeti kavramını ve bu kavramla ilgili yeni bir model önermektir. Bu amaç doğrultusunda ulusal ve uluslararası alanyazın taranarak öğrenci memnuniyeti ile ilgili çalışmalar incelenmiştir. İncelenen çalışmalarda yükseköğretim kurumlarında öğrenci memnuniyetini etkileyen değişkenler belirlenmiştir. Elde edilen literatür doğrultusunda spor eğitimi veren yükseköğretim kurumlarında öğrenci memnuniyetini değerlendirmek için altı değişkenli bir model önerilmiştir. Modelde yer alan değişkenler akademik personelin kalitesi, tesis kalitesi, lisans programlarının kalitesi, yönetim kalitesi, üniversitenin konumu ve üniversitenin imajı olarak belirlenmiştir. Ayrıca öğrenci memnuniyeti ile modelde yer alan değişkenlerin ilişkisi bilimsel çalışmalarla da desteklenmiştir. Sonuç olarak, bu çalışma ile önerilen model, spor eğitimi veren yükseköğretim kurumlarında öğrenci memnuniyetini değerlendirmek amacıyla kullanılabilir.

Anahtar Kelimeler: Memnuniyet, öğrenci memnuniyeti, spor bilimleri, yükseköğretim

Student Satisfaction in Higher Education Institutions that offer Sports Education

Abstract

The aim of the study is to propose the concept of student satisfaction in higher education institutions providing sports education and a new model related to this concept. For this purpose, studies on student satisfaction were examined by scanning national and international literature. In the analyzed studies, variables affecting student satisfaction in higher education institutions were determined. Following the findings of the study, six domains were conducted to evaluate student satisfaction in higher education institutions providing sports education. A variable model has been proposed. The variables in the model were determined as the quality of academic staff, quality of facilities, quality of undergraduate programs, quality of management, location of the university, and the image of the university. In addition, the relationship between student satisfaction and the variables in the model has been supported by scientific studies. In conclusion, the model proposed by this study can be used to evaluate student satisfaction in higher education institutions that provide sports education.

Keywords: Satisfaction, students satisfactions, sports science, high education

GİRİŞ

21. Yüzyılda değişen ve gelişen dünya düzeni ile birlikte bilgi maddi sermayenin önüne geçmiştir. Bilginin önemi arttıkça eğitimin önemi de artmıştır. Günümüzde bireye yapılan yatırım eğitimin önemli bir kısmını oluşturmaktadır. Bu gelişim ve değişimden yükseköğretim kurumları da etkilenmiştir. Yükseköğretim, yetişmiş insan gücü ve bilgi üretme amaçlarına sahip yükseköğretim kurumları, öğrenen pozisyonundaki öğrenciyi merkezine alan, bilimsel çalışmaların yapıldığı, nitelikli akademik ve idari personelin bulunduğu dünya ile entegrasyonunu tamamlamış kurumlar olarak tanımlamıştır (UNESCO, 2000). Küreselleşmenin etkisiyle ulusal ve uluslararası arenada var olabilmek için yükseköğretim kurumları diğer kurumlarla rekabet içerisinde. Bu rekabet yüksek standartlara uygun öğrenci yetiştirme gereksinimini kaçınılmaz hale getirmiştir.

Dünyada yaşanan bu gelişmelere uyum sağlamak zorunda kalan üniversiteler, birincil müşterileri olarak kabul edilen öğrencilere sunduğu eğitimin bir hizmet olması ve üniversitelerinde hizmet üreten kurumlar olması nedeniyle öğrencilerin memnuniyeti üniversiteler için oldukça önemlidir. Öğrenciyi merkezine yerleştiren bu kurumlar hedef kitlelerinin memnuniyetini sağlamak adına onların talep ve istekleri doğrultusunda hareket ederek kendilerini güncellemelidir. Ülkemizde kamu ve vakıf üniversiteleri verdikleri eğitim ve öğretim hizmeti ile öğrencilerini memnun etmelidir. Ayrıca bu memnuniyeti rekabet ortamında ayakta kalabilmek için de devam ettirmek zorundadır. Aldığı eğitim ve öğretimden memnun olan öğrenci, mezuniyeti sonrası lisanüstü eğitim tercihini de mezun olduğu üniversitesinden yana kullanacaktır. Eğitim ve öğretim hizmetlerinden memnun olan öğrenciler üniversite eğitim ve öğretimine hazırlanan aday öğrencilere de mezun olduğu üniversitesiyi tavsiye edecektir (Tayyar ve Dilşeker, 2012; Şirin vd. 2019).

Alanyazında memnuniyet, müşterilerin ürün veya hizmetlerin kalitesini tecrübe ettikleri zaman hissettikleri durumu ve dolayısıyla algılanan değer ve beklentileri ile karşılaştırarak yaptıkları değerlendirmenin sonucu olarak tanımlanmaktadır (Fornell, 1992; Johnson ve Fornell, 1991). Ayrıca, hizmet sektöründe memnuniyet, müşterilerin bir servis sağlayıcıda belirli bir kalite ile karşılaştıktan sonraki yargılarını içerir (Bolton ve Drew, 1991). Müşteri memnuniyeti, işi başarılı kılan ve rekabetçiliği sürdüren temel bir bileşendir. Yükseköğretim bağlamında, öğrenciler eğitim ve öğretim hizmetini seçme ve kullanmadaki karar vericiler oldukları için genellikle ana müşteriler olarak kabul edilirler. Öğrenci memnuniyeti kurumlar tarafından verilen hizmetlerin bir onayı olarak görülmektedir. Bu durum, memnuniyetin bir öğrencinin beklentisi ve algılanan performansı arasındaki tutarsızlık derecesini değerlendirmesinden sonra meydana geldiği anlamına gelir (Athyaman, 1997). Sonuç olarak, öğrenci memnuniyeti, gerçek performans öğrencinin beklentilerini karşıladığında veya aştığında ortaya çıkar.

Öğrenci memnuniyeti, eğitim kurumlarının daha doğru ve daha iyi hizmet kalitesini geliştirmede hayati bir rol oynamaktadır. Eğitim literatüründe, bu kavram, öğrenciyi kurumda tutma (Elliott ve Healy, 2001), sadakat (Brown ve Mazarrol, 2009) ve öğrenci başarısı (Pike, 1993) gibi birçok farklı açıdan öğrenci algı ve tutumunu iyileştirmek için test edilmiştir. Barnett (2011) tarafından yapılan bir çalışmada, öğrenci memnuniyeti, yükseköğretim hizmet kalitesi sağlayıcılarını değerlendirmek için potansiyel bir gösterge olarak kabul edilmiştir.

Kuramsal Bakış

Günümüzün rekabetçi öğrenme ortamında, öğrenci memnuniyetine gittikçe artan bir ilgi gösterilmektedir. Öğrenci memnuniyeti, eğitim kurumlarının başarısı ve muhtemel öğrenci kaydı üzerindeki güçlü etkisi nedeniyle hizmet ekonomisi araştırmacılarının ana odak noktası haline gelmiştir. Konuyla ilgili çok sayıda araştırma, farklı kavramsallaştırmalar ve öğrenci memnuniyetinin ne olduğu ve evrensel olarak kabul edilen modeller tarafından nasıl ölçüldüğü konusundaki tartışmalar devam etmektedir.

Öğrenci memnuniyeti, farklı faktörlerden etkilenebilecek çok boyutlu bir yapıdır. Yapılan çalışmalar, öğrenci memnuniyeti seviyelerini etkileyen farklı unsurlar ile bu unsurların ilişkilerini tanımlamıştır. Appleton-Knapp ve Krentler (2006), yükseköğretimdeki öğrenci memnuniyetine iki grup etkiyi kişisel ve

kurumsal faktörler olarak tanımlanmışlardır. Kişisel faktörler cinsiyet, istihdam, tercih edilen öğrenme şekli ve not ortalamasını kapsar. Kurumsal faktörler, eğitimin kalitesini, eğitmenin geri bildirim hızını, beklentilerin netliğini ve öğretme şeklini içerir.

Avrupa ülkelerinde öğrenci memnuniyeti, eğitim sistemlerindeki farklılıklara rağmen nispeten istikrarlıdır. Diğer öğrencilerle iletişim, ders içeriği, öğrenim donanımı, kütüphanelerin doluluğu, öğretim kalitesi ve öğretme/öğrenme materyalleri öğrenci memnuniyeti üzerinde en yüksek etkiye sahiptir (Garcl a-Aracil, 2009). Araştırma ve öğretim imkanları gibi temel üniversite faaliyetlerinin, genel öğrenci ve personel memnuniyeti üzerinde, Finlandiya'daki destekleyici imkanlara göre daha büyük bir etkisi vardır (Karna ve Julin, 2015). İspanyol Üniversite Sisteminde, akademik personel, öğretim yöntemleri, ders yönetimi ve üniversite imajı da öğrenci memnuniyeti üzerinde önemli bir etkiye sahiptir (Navarro, 2005). Üniversite imajının öğrenci memnuniyeti üzerindeki etkisi doğrudan ve dolaylı olmak üzere iki tür olabilir (Alvis ve Rapaso, 2010; Weerasinghe ve Dedunu, 2017). Kurumun itibarı, üniversite kentinin çekiciliği ve imkanların kalitesi, Norveç üniversite sisteminde öğrenci memnuniyetini etkileme gücüne sahiptir (Hanssen ve Solvoll, 2015). Wilkins ve Balakrishnan (2013), Birleşik Arap Emirlikleri'nde öğretim personelinin kalitesi, kaynakların kullanılabilirliği, teknolojinin etkin kullanımı ve öğrenci memnuniyeti arasındaki önemli ilişkiyi açıklamıştır. Akademik programlar, Filistin üniversite sisteminde öğrenci memnuniyeti üzerinde de önemli bir etkiye sahiptir (Kanan ve Baker, 2006). Martirosyan (2015), Ermenistan'daki öğrenci memnuniyetini araştırdığı çalışmada, program müfredatını ve fakülte hizmetlerini, öğrenci memnuniyetinin temel belirleyicileri olarak belirlemiştir, ancak ilginç bir şekilde araştırma, fakültenin öğretim şekilleri, lisansüstü öğretim asistanları ile öğrenci memnuniyeti arasındaki negatif ilişkileri daha çok meydana çıkarmıştır. Ancak, öğretim ve öğrenim, Malezya'da öğrenci memnuniyetinin en önemli yönleri olarak değerlendirilmiştir ve üniversitedeki fiziksel olanakların memnuniyet üzerindeki önemi açık değildir (Douglas vd., 2008). Güvenilirlik ve empati, Sri Lanka'da öğrenci memnuniyetini açıklamakta en etkili ve önemli faktörler olarak belirlenmiştir. (Pathmini vd., 2014). İşbirliği, idari personelin nezaketi, eğitim sisteminin çözüm oluşturma kabiliyeti Hindistan'daki öğrenci memnuniyetinin belirlenmesinde hayati bir rol oynamaktadır (Malik vd., 2010). Yeni Zelanda'da öğrenciler, konaklama, sosyalleşme ve toplum duygusu, güvenlik ve kültürü üniversitedeki konumlarının en önemli özellikleri olarak algılamaktadırlar (Andrea ve Benjamin, 2013). Sonuç olarak, alan yazındaki çalışmalar öğrenci memnuniyetinin ülkelere göre farklılık gösterdiği ve etkileyen faktörlerinde aynı düzeyde farklılaştığını göstermektedir. Ülkemizde spor eğitimi veren spor bilimleri fakülteri öğrenci memnuniyetini ve etkileyen unsurları belirleyen öğrenci memnuniyeti modeli çalışmaları yeterli değildir.

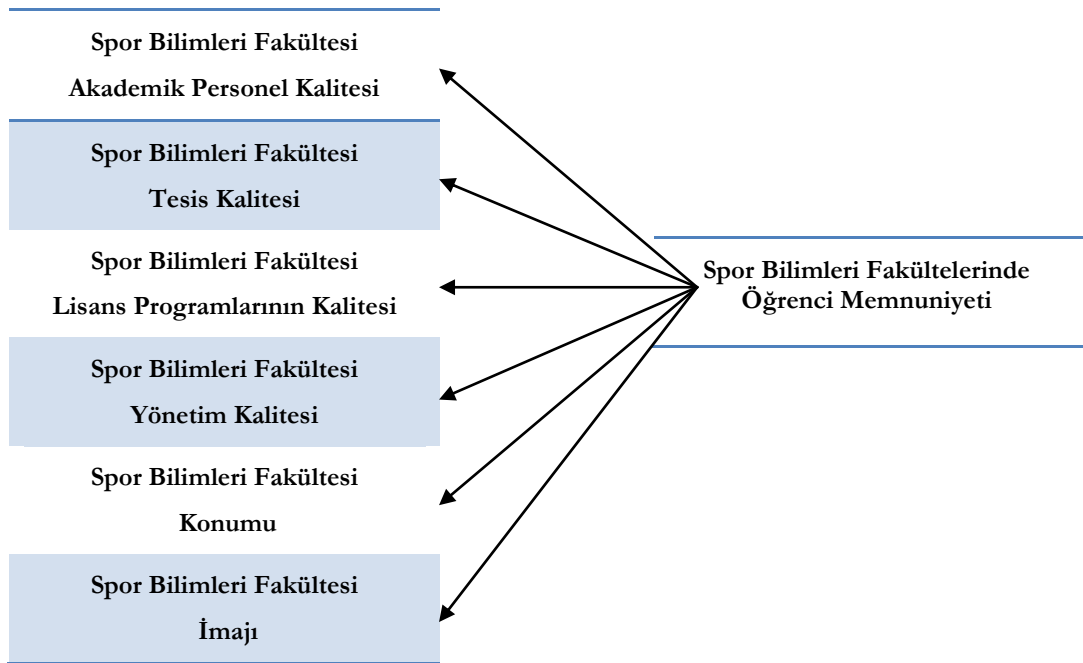
Spor Bilimleri Fakültelerinde Müşteri Memnuniyeti Modeli ve Unsurları

İş hayatına yönelik bazı müşteri memnuniyeti araştırmalarının yükseköğretimde de kullanıldığı görülmektedir. Bunlar arasında SERVQUAL (Malik vd., 2010; Khan vd., 2011; Pathmini vd., 2014) yaygın olarak kullanılmaktadır. SERVQUAL (Parasuraman vd., 1988) ölçek 22 ifade algılanan kaliteyi ölçmek için ve 22 ifade beklenen kaliteyi ölçmek için toplam 44 ifadeden oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutları ise fiziksel unsurlar, güvenilirlik, heveslilik, güven ve empati'den oluşmaktadır. SERVQUAL gibi iş hayatı temelli memnuniyet modellerinin yükseköğretimde uygulanması, sonradan modelin yükseköğretim çerçevesinde pratik olarak sınırlandırılması nedeniyle bazı bilim adamları tarafından eleştirilmiştir (Aldridge ve Rowley, 1998; Asubonteng vd., 1996; Buttle, 1996; Waugh, 2002). Devlet üniversitelerinin kar amacı gütmeyen hizmet sektörüne ait olması, öğrenci memnuniyetini olduğu gibi ölçmek için iş odaklı hizmet kalitesi modelini uygulamanın zor olması bu eleştirilerin nedenlerinden biridir. SERVQUAL modeli, hizmet sağlayıcıların somutluğundan çok kalitesine odaklanmaktadır. Servqual ölçeğini oluşturan alt boyutların tümü hizmet sunan işletmeler için uygun olabileceği, hizmet kalitesini ölçmek için beklentinin gereksiz olması ve hizmetin neticesine değil işleyişine odaklanması gibi sebeplerden dolayı eleştiri konusu olmuştur (Tayyar ve Dilşeker, 2012).

İş hayatı temelli memnuniyet modellerinin yükseköğretimde yetersiz kalması nedeniyle Noel Levitz Öğrenci Memnuniyeti Endeksi, Hizmet Ürünü Paketi Yöntemi, HEDPERF ve SERVPERF gibi yüksek

öğrenim için özel modeller geliştirilmiştir. Ancak kültürel ve bağlamsal farklılıklar nedeniyle geliştirilen tüm modellerin güçlü ve zayıf yönleri, kısıtlamaları ve eleştirileri bulunmaktadır. İncelenen bu öğrenci memnuniyeti modelleri içerisinde gelen olarak kabul gören Weerasinghe ve Fernando (2017) tarafından geliştirilen ve literatürü temel alan altı değişken içeren “Yüksek Öğretimde Öğrenci Memnuniyeti Modeli” bulunmaktadır. Model, üniversitenin temel rolünü ve işlevlerini ön planda tutarak akademik personelin kalitesi, üniversite tesislerinin kalitesi, lisans programlarının kalitesi, üniversite yönetim kalitesi, üniversitenin konumu ve üniversitenin imajı bölümlerini içermektedir. Bu boyutlar çok sayıda araştırmacı tarafından doğrulanmıştır (Elliott ve Healy, 2001; Navarro vd., 2005; Douglas vd., 2006; Nasser vd., 2006; Yusoff vd., 2015; Farahmandian vd., 2013; Wilkins ve Balakrishnan, 2013).

Modelin yükseköğretim kurumlarına uygun olduğu bilimsel çalışmalarla kanıtlanmıştır. Modelin spor eğitimi veren yükseköğretim kurumlarına uyarlanması uygun görülmüş ve uyarlanan model şekil 1’de gösterilmektedir. Uyarlanan modelde spor eğitimi veren kurumlarda akademik personelin kalitesi, tesis kalitesi, lisans programlarının kalitesi, yönetim kalitesi, üniversitenin konumu ve üniversitenin imajı boyutları yer almaktadır.



Şekil 1. Spor Bilimleri Fakültelerinde Öğrenci Memnuniyeti Modeli

Spor Bilimleri Fakültelerinde Akademik Personelin Kalitesi ve Öğrenci Memnuniyeti

Spor Bilimleri Fakültelerinde nitelikli öğrenci yetiştirme konusunda önemli unsurlardan biri akademik personelin kalitesidir. Akademik personelin kalitesi; akademik personelin mesleki disiplini, sunum kalitesi, öğrencilerin öğrenme sürecinde etkin desteği ve değerlendirme kalitesi olarak açıklanabilir (Douglas vd., 2006; Garcia a-Aracil, 2009; Wilkins ve Balakrishnan, 2013; Karna ve Julin, 2015; Yusoff vd., 2015). Yusoff vd. (2015)'na göre akademik personelin kalitesi ve davranışları, yükseköğretim sektöründe öğrenci memnuniyeti üzerinde önemli rol oynamaktadır. Bu ilişki yapılan birçok çalışma ile de desteklenmektedir (Douglas vd., 2006; Garcia a-Aracil, 2009; Wilkins ve Balakrishnan, 2013; Karna ve Julin, 2015).

Türkiye’de akademik personelin kalitesi ve öğrenci memnuniyeti üzerine yapılan çalışmalar incelendiğinde, Tayyar ve Dilşeker (2012)'in üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışma Türkiye’de bu ilişkiyi açıklama konusunda önemli bir araştırma olarak görünmektedir. Çalışmaya Ege, Uşak ve Yaşar üniversitelerindeki üniversite öğrencileri katılmıştır. Çalışma sonucuna göre Ege ve Yaşar üniversitelerinde öğrenci memnuniyetini en çok etkileyen faktörün akademik personel olduğunu belirlenmiştir. Diğer önemli bir çalışma ise Bakır vd. (2016) tarafından Marmara Üniversitesi öğrencileri üzerine yapılmıştır.

Çalışmada yer alan öğrencilerin memnun oldukları üç unsurdan birinin akademik kadro olduğunu tespit edilmiştir.

Çalışmalar incelendiğinde akademik personelin kalitesi, üniversitelerin tercih edilmesi açısından en önemli faktörlerden biri olan öğrenci memnuniyetini doğrudan etkilediği belirlenmiştir. Üniversitelerin diğer üniversitelerle rekabet edebilmesi açısından akademik kadrosunun kalitesine önem vermesi gerekliliği ön plana çıkmaktadır.

Spor Bilimleri Fakültelerinde Üniversite Tesislerinin Kalitesi ve Öğrenci Memnuniyeti

Tesisler, bir kurumun sorunsuz çalışmasını kolaylaştırmak için tasarlanmış, inşa edilmiş ve personelin kullanımına sunulmuş fiziki yapılardır (Karna ve Julin, 2015). Weerasinghe ve Fernando (2017), üniversite tesislerinin kalitesini, sınıf tesislerinin, kütüphane tesislerinin, bilgisayar laboratuvarlarının, sosyal alanların, yurt tesislerinin ve öğrenci yemekhanelerin yeterlilikleri ile eşdeğer olarak değerlendirmektedir. Alanyazın incelemesinde yapılan çalışmaların birçoğunda üniversite olanakları ile öğrenci memnuniyeti arasında istatistiksel açıdan önemli bir ilişki bulunmaktadır (Yusoff vd. 2015; Karna ve Julin, 2015; Hanssen ve Solvoll, 2015; Douglas vd. 2006; Navarro vd. 2005).

Türkiyede üniversite tesislerinin kalitesi ve öğrenci memnuniyeti üzerine yapılan çalışmalarda Tayyar ve Dilşeker (2012) üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmaya Ege üniversitesi, Uşak Üniversitesi ve Yaşar üniversitesi öğrencileri katılmıştır. Ege Üniversitesi ve Yaşar Üniversitesi öğrencilerinin memnuniyetine etki eden faktör arasında fiziksel özelliklerin, memnuniyete etkisinin yeterince olmadığını tespit etmişlerdir. Bunun nedeninin belirtilen üniversitelerin fiziki tesislerinin yeterli seviyede olduğunu belirtmişlerdir. Bakır vd. (2016) tarafından yapılan çalışmada öğrencilerin genel olarak memnuniyetlerine en fazla etki eden faktörün fiziksel ekipmanlar ve alt yapı olduğunu belirtmişlerdir. Barnes (2010) tarafından gerçekleştirilen çalışmada yükseköğretimde hizmet kalitesini servqual modelini kullanarak ölçmüştür. Elde edilen veriler sonucunda üniversite boyutunda sunulan rekreasyon ve spor tesislerinin iyileştirilmesi için yatırımlar yapılması ve öğrencilerin yetersiz tesislerden (derslik, çalışma alanları, yetersiz teknik aletlerden) etkilendiğini tespit etmiştir. Zineldin vd. (2011); Türkiye’de öğrenci memnuniyetinin önemli belirleyicilerinden birinin fiziksel unsurlar-alt yapı olduğunu ifade etmiştir.

Spor Bilimleri Fakültelerinde Lisans Programı Kalitesi ve Öğrenci Memnuniyeti

Spor bilimleri Fakültelerinde lisans programlarının kalitesi; üniversite tarafından, öğrencilere belirli bir alanla ilgili çeşitli bilgi ve vasıflar vermek üzere tasarlanmış yerleşmiş ve esnek bir müfredat olarak tanımlanmıştır. Alan yazın incelendiğinde akademik programın öğrenci memnuniyeti üzerinde istatistiksel olarak önemli bir etkisi olduğunu ortaya koyan farklı çalışmalar bulunmaktadır (Athiyaman, 1997; Browne vd. 1988; Navarro vd. 2005; Farahmandian vd. 2013; Şirin vd., 2019). Şirin vd. (2019) spor bilimleri fakülteleri öğrencileri üzerinde yaptıkları araştırmada öğrencilerin memnuniyetine etki eden en etkili faktörün diploma program olduğunu belirtmişlerdir. Voss vd. (2007) tarafından yükseköğretimde hizmet kalitesine ilişkin yaptıkları araştırmada, öğrencilerin gelecekleri için öğretim tecrübesini ve iyi bir meslek için mesleki gelişimlerine yönelik diploma programlarını önemsediklerini tespit etmişlerdir.

Spor Bilimleri Fakültelerinde Yönetim Kalitesi ve Öğrenci Memnuniyeti

Yükseköğretim kurumlarında yönetim kalitesi; üniversitedeki eğitim süresi boyunca idari personelin öğrencilere yönelik güvenilirliği, duyarlılığı, ilgisi, doğruluğu, adaleti, saygısı ve işbirliğini nitelendirmektedir. Malik vd. (2010), idari personelin işbirliği, nezaketi ve duyarlılığının, yükseköğretimdeki öğrenci memnuniyetinin belirlenmesinde hayati bir rol oynadığını belirlemiştir. Ayrıca, Elliot ve Shin (2002) öğrencilerin genel memnuniyetinin, öğretim mükemmelliğinden, öğretim kalitesinden, net olmasından ve akademik olmayan personelin uygulamalarının tarafsız olmasından önemli ölçüde etkilendiğini belirlemiştir. Chiandotto vd. (2007) yapmış olduğu çalışmada, öğrencilerin eğitim ve öğretim gördükleri fakülteden memnun oldukları yönetime daha az şikayette buldukları, öğrencilerin memnuniyetsizlikleri durumunda ise yönetime daha fazla şikayette bulduklarını bulmuştur. Bakır vd. (2016) tarafından yapılan

araştırma birinci öğretim öğrencileri ve ikinci öğretim öğrencileri memnuniyet durumları arasında bir fark olup olmadığını araştırmıştır. Araştırma sonucunda birinci öğretim öğrencileri fakülte yönetiminden daha fazla memnun olduklarını belirtmiştir.

Spor Bilimleri Fakültelerinin Konumunun Kalitesi ve Öğrenci Memnuniyeti

Yükseköğretim kurumlarının konumunun kalitesi, üniversite çevresinde konaklama, ulaşım, mesleki eğitim, iş imkanları, eğlence ve güvenlik olanakları ile ölçülmüştür. Andrea ve Benjamin (2013), öğrencilerin konum ile ilgili genel memnuniyet düzeylerinin nispeten olumlu olduğunu ve sosyalleşme, toplumsallık bilinci, toplum değerleri ve konumun doğal ortamı faktörleri ile daha fazla memnuniyet duyduklarını bulmuşlardır. Hanssen ve Solvoll (2015), üniversitenin şehrinin, genel öğrenci memnuniyet düzeylerini etkileme gücüne sahip olduğunu bulmuştur. Çalık vd. (2016) marmara üniversitesi işletme bölümü öğrencilerinin memnuniyet durumlarının saptanmasını amaçlamışlardır. Öğrencilerin üniversitelerinden genel olarak memnun olma durumlarına etki eden faktörlerden birinde üniversitenin konumu (lokasyonu) olduğunu belirtmiştir.

Spor Bilimleri Fakültelerinin İmajı ve Öğrenci Memnuniyeti

İmaj, bir birey veya işletmenin diğer birey ve işletmelerin zihinlerinde isteyerek ya da istemeyerek bırakmış olduğu fikir, anlayış ve izlenimleri olarak tanımlanır (Dinçer, 2002.) Yükseköğretim kurumlarında imaj ise, mezunların öğrenme deneyimlerine dayanarak zihinlerinde güçlü şekilde yerleşmiş olan üniversite algıları olarak tanımlanmaktadır. Cassel ve Eklo (2001), imajın öğrenci memnuniyet düzeylerini belirlemede her zaman en büyük etkiye sahip değişkenlerden biri olduğunu bulmuşlardır. Alvis ve Rapaso (2006) üniversite imajının öğrenci memnuniyeti ve sadakati üzerinde hem doğrudan hem de dolaylı etkileri olduğunu belirtmiştir. Koçak (2014) tarafından spor eğitimi veren kurumlarda öğrenim gören öğrenciler üzerinde yaptığı araştırma sonucunda algılanan kurumsal imajın orta düzeyde olduğunu tespit etmiştir. Ivy (2001) İngilterede köklü ve yeni kurulan üniversiteler ile Güney Afrika'daki geleneksel ve teknik üniversiteleri karşılaştırmıştır. Elde edilen veriler sonucunda öğrencilerin üniversite tercihlerinde toplumda oluşan kurumsal imajın büyük etkisinin olduğunu tespit etmiştir. Brown ve Mazzarol (2009) üniversite öğrencilerinin üzerinde gerçekleştirdikleri çalışmada imajın öğrenci memnuniyeti üzerinde etki eden en önemli faktör olduğunu belirtmiştir. Kuzgun (2001) tarafından gerçekleştirilen çalışmada eğitim ve öğretimin var olma nedeninin öğrenciler olduğunu, öğrenci memnuniyetinin çok önemli olduğunu belirtmiştir. Öğrencilerin üniversiteye başlamadan önceki ilk değerlendirmeleri, tercih edecekleri üniversitenin imajı olduğunu belirtmiştir.

SONUÇ

Yükseköğretim kurumlarında eğitim ve öğretim gören öğrencilerde oluşturulacak memnuniyet duygusu, rekabetin her geçen gün arttığı günümüzde bu kurumların ayakta kalabilmeleri ve başarılarını devam ettirebilmeleri için oldukça önemlidir. Yapılan çalışmalar bu kurumlarda eğitim ve öğretim gören öğrencilerde oluşturulacak memnuniyet duygusu aday öğrencilerin kuruma kazandırılması adına önemlidir. Ayrıca memnuniyet duygusu yüksek olan bireyler, kurumlarının iyi bir temsilcisi olmakta ve kurumlarını sosyal ve fiziki çevrelerine tavsiye etme davranışları göstermektedirler. Üniversite adayı öğrencilerin üniversite tercihlerinde, mevcut öğrencilerin memnuniyet seviyeleri önemli rol oynamaktadır.

Üniversite öğrencilerinin memnuniyet düzeyi, yükseköğretim kurumlarının gelişmesi ve rekabet edebilmesi açısından gerekli olduğu alanyazındaki çalışmalarla belirlenmiştir. Bu çalışma, yükseköğretim kurumları olan Spor Bilimleri Fakültelerinde öğrenci memnuniyetine yönelik güncel bir model sunmaktadır. Model, öğrenci memnuniyetini etkileyen altı değişkeni ve bu değişkenlerin öğrenci memnuniyeti ile olan ilişkilerini göstermektedir. Bu değişkenler akademik personelin kalitesi, tesis kalitesi, lisans programlarının kalitesi, yönetim kalitesi, üniversitenin konumu ve üniversitenin imajı olarak belirlenmiştir.

Çalışmada açıklanan öğrenci memnuniyeti modelinin değişkenleri, alanyazındaki çalışmalarda ayrı ayrı çalışılmış ve yükseköğretim kurumlarının kalitesini değerlendirmek açısından etkili bir şekilde kullanılmıştır.

Ancak modelde yer alan değişkenlerin tamamını ele alan ve yükseköğretim kurumunu bu değişkenlere göre değerlendiren çalışma sayısı yeterli değildir. Bu durum, spor eğitimi veren yükseköğretim kurumları üzerine yapılan araştırmalar açısından da benzerlik göstermektedir. Gelecekte yapılacak çalışmalarda spor eğitimi veren yükseköğretim kurumlarında öğrenci memnuniyetini değerlendirmede, bu çalışmada açıklanan modelde yer alan altı değişken ile yapılması önerilmektedir.

KAYNAKLAR

- Aldridge, S. & Rowley, J. (1998). Measuring customer satisfaction in higher education. *Quality Assurance in Education*, 6(4), 197-204.
- Alvis, H. & Raposo, M. (2006). A conceptual model of Student Satisfaction in Higher Education. *Total Quality Management and Business Excellence*, 17(9), 1261-1278.
- Andrea, I. & Benjamin, S. (2013). University students' needs and satisfaction with their host city. *Journal of Place Management and Development*, 6(3), 178 - 191.
- Appleton-Knapp, S. & Krentler, K. (2006). Measuring student expectations and their effects on satisfaction: the importance of managing student expectations. *Journal of Marketing Education*, 254-264.
- Asubonteng, P., McCleary, K. & Swan, J. (1996). SERVQUAL revisited: a critical review of service quality. *The Journal of Services Marketing*, 10(6), 62-81.
- Athiyaman, A. (1997). Linking student satisfaction and service quality perceptions: the case of university education. *European journal of marketing*.
- Bakır, N. O., Arslan, F. M., & Gegez, A. E. (2016). Üniversite öğrencilerinde memnuniyet oluşturan unsurların saptanması: Marmara üniversitesi işletme fakültesi öğrencileri ile bir araştırma. *Marmara University Journal of Economic & Administrative Sciences*, (1).
- Barnett, W. S. (2011). Effectiveness of early educational intervention. *Science*, 333(6045), 975-978.
- Bolton, R. N., & Drew, J. H. (1991). A multistage model of customers' assessments of service quality and value. *Journal of consumer research*, 17(4), 375-384.
- Brown, R. M., & Mazzarol, T. W. (2009). The importance of institutional image to student satisfaction and loyalty within higher education. *Higher education*, 58(1), 81-95.
- Browne, B., Kaldenberg, D., Browne, W. & Browne, D., (1988). Student as the customer: factors affecting satisfaction assessments of institutional quality. *Journal of Marketing for Higher Education*, 8(3), 1-14.
- Buttle, F. (1996). SERVQUAL: review, critique, research agenda. *European Journal of Marketing*, 30(1), 8-32.
- Carter, P., Kakimoto, E. & Miura, K. (2014). Investigating student satisfaction in an English communication course. 57- 65.
- Cassel, C. & Eklo, F., (2001). Modelling customer satisfaction and loyalty on aggregate levels – experience from the ECSI pilot study. In: Saint: s.n., 307-1.
- Chiandotto B, Bini M, Bertaccini B (2007). Quality assessment of the university educational process: an application of the ECSI model. Effectiveness of University Education in Italy: Employability, Competences, Human Capital, L. Fabbris (Ed), Padua. Physica-Verlag A Springer Company 43- 54.
- Cotton, S. J., Dollard, M. F., & De Jonge, J. (2002). Stress and student job design: Satisfaction, well-being, and performance in university students. *International Journal of Stress Management*, 9(3), 147-162.
- Dinçer, M. (2002). Kazanan İmajımız. Alfa Yayınları, İstanbul, s.2.
- Douglas, J., Douglas, A. & Barnes, B. (2006). Measuring student satisfaction at a UK university. *Quality Assurance in Education*, 251-267.
- Douglas, J., McClelland, R. & Davies, J. (2008). The development of a conceptual model of student satisfaction with their experience in Higher Education. *Quality Assurance in Education*, 19-35.
- Elliott, K. & Shin, D., (2002). Student satisfaction: an alternative approach to assessing this Important Concept. *Journal of Higher Education Policy and Management*, 97-109.
- Elliott, K. M., & Healy, M. A. (2001). Key factors influencing student satisfaction related to recruitment and retention. *Journal of marketing for higher education*, 10(4), 1-11.
- Farahmandian, S., Minavand, H. & Afshar, M., (2013). Perceived service quality and student satisfaction in higher education. *Journal of Business and Management*, 12(4), 65-74.
- Fornell, C. (1992). A national customer satisfaction barometer: The Swedish experience. *Journal of marketing*, 56(1), 6-21.
- Garçıl a-Aracıl, A. (2009). European graduates' level of satisfaction with higher education. *Journal of Higher Education*, 57(1), 1-21.
- Hanssen, T.-E. S. & Solvoll, G. (2015). The importance of university facilities for student satisfaction at a Norwegian University. *Facilities*, 744-759.

- Ivy, J. (2001). Higher education institution image: A correspondence analysis approach. *International Journal of Educational Management*, 15(6), 276-82.
- Johnson, M. D., & Fornell, C. (1991). A framework for comparing customer satisfaction across individuals and product categories. *Journal of economic psychology*, 12(2), 267-286.
- Kanan, H. M. & Baker, A. M., (2006). Student satisfaction with an educational administration preparation program. *Journal of Educational Administration*, 44(2), 159 - 169.
- Karna, S. & Julin, P., (2015). A framework for measuring student and staff satisfaction with university campus facilities. *Quality Assurance in Education*, 47-61.
- Khan, M. M., Ahmed, I. & Nawaz, M. M., (2011). Student's Perspective of Service Quality in Higher Learning Institutions; An evidence Based Approach. *International Journal of Business and Social Science*, 2(11), 159-164.
- Koçak, F. (2014). Öğrenci görüşlerine göre spor öğretimi veren yükseköğretim kurumlarının kurumsal imajı. *Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 12(1), 71-80.
- Kuzgun, Y. (2001). Meslek seçimi. Ankara : ÖSYM Yayını.
- Malik, M. E., Danish, R. Q. & Usman, A. (2010). The Impact of Service Quality on Students' Satisfaction in Higher Education Institutes of Punjab. *Journal of Management Research*, 1-11.
- Martirosyan, N. (2015). An examination of factors contributing to student satisfaction in Armenian higher education. *International Journal of Educational Management*, - 29(2), 177 - 191.
- Nasser, R., Khoury, B. & Abouchedid, K. (2008). University students' knowledge of services and programs in relation to satisfaction. *Quality Assurance in Education*, 16(1), 80-97.
- Navarro, M. M., Iglesias, M. P. & Torres, P. R. (2005). A new management element for universities: satisfaction with the offered courses. *International Journal of Educational Management*, 19(6), 505 - 526.
- Parasuraman, A, Zeithaml V.A., Berry L.L. (1988). Servqual a Multiple Item Scale for Measuring Consumer Perceptions of Service Quality. *Journal of Retailing*, 64(1), 12-4
- Pathmini, M., Wijewardhena, W., Gamage, C. & Gamini, L. (2014). Impact of Service Quality on Students' Satisfaction in Newly Established Public Sector Universities in Sri Lanka: Study Based on The Faculty of Management Studies. *Journal of Management Matters*, 51-64.
- Pike, G. R. (1993). The relationship between perceived learning and satisfaction with college: An alternative view. *Research in Higher Education*, 34(1), 23-40.
- Şirin, M. E., & Aksu, M. (2016). Otel işletmelerinde hizmet kalitesinin müşteri memnuniyeti, tekrar satın alma ve tavsiye isteği üzerine etkisi: trabzon ortahisar örneği. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(2), 530-544.
- Tayyar, N., & Dilşeker, F. (2012). Devlet ve vakıf üniversitelerinde hizmet kalitesi ve imajın öğrenci memnuniyetine etkisi. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Bahar (28), 184-203.
- Voss, R., Gruber, T., & Szmigin, I. (2007). Service quality in higher education: the role of student expectations. *Journal of Business Research*, 60(9), 949-959.
- Waugh, R. F. (2002). Academic staff perceptions of administrative quality at universities. *Journal of Educational Administration*, 40(2), 172 - 188.
- Weerasinghe, I. & Dedunu, H. (2017). University Staff, Image and Students' Satisfaction in Selected State Universities. *IOSR Journal of Business and Management (IOSR-JBM)*, 19(5), 34-37.
- Weerasinghe, I. & Fernando, R. (2017). Students' Satisfaction Literature Review. *American Journal of Educational Research*, 5(5), 533-539.
- Wilkins, S. & Balakrishnan, M. S. (2013). Assessing student satisfaction in transnational higher education. *International Journal of Educational Management*, 146-153.
- Yusoff, M., McLeay, F. & Woodruff-Burton, H., (2015). Dimensions driving business student satisfaction in higher education. *Quality Assurance in Education*, 86 - 104.
- Zineldin, M., Akdağ, H., Vasicheva, V. (2011). Assessing Quality in Higher Education: New Criteria for Evaluating Students' Satisfaction, *Quality in Higher Education*, 17(2), 231-243.